（希望小売価格は、2013年6月現在）

別売品

★ビタクラフトスーパー
IH クリーナー＊
（クリームタイプ）

こびりついた焦げ付きに
付けて放置し、ふき取る

品番：AD-KZ062（2本セット）
希望小売価格：2,520円（税込）

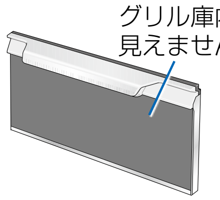
■ニプロガラストップ
専用クリーナー＊
（クリームタイプ）

日常の油汚れや取りにくい
汚れに付けて、こすり取る

品番：AD-KZ063（2本セット）
希望小売価格：1,680円（税込）

＊それぞれの注意書をよくお読みのうえ、お使いください。

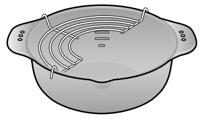
■防熱グリルドア



グリル庫内は
見えません。

品番：KZ-GDB4
希望小売価格：
7,875円（税込）

★天ぷら鍋



品番：KZ-T3S
希望小売価格：
2,310円（税込）

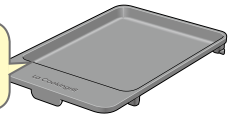
■ステンレスケトル

・底径：
15.8cm
・容量：
2.8L

品番：AD-KZ84F28
希望小売価格：
6,195円（税込）

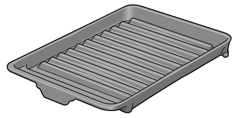
■ラクッキンググリル専用
平面プレート

お菓子・お惣菜
レシピが広がります



品番：KZ-AFP1
希望小売価格：
5,250円（税込）

■グリル皿（消耗部品）



品番：AZU50-B55
希望小売価格：
4,200円（税込）

■ドアパッキン（消耗部品）
品番：AZE99-833
希望小売価格：
1,155円（税込）

■ドアパッキン下（消耗部品）
品番：AZK48-566
希望小売価格：
525円（税込）

●別売品はお買い求め先にお問い合わせください。（2013年6月現在）
●★印はパナソニックの家電製品直販サイト
「パナセンス」でもお買い求めいただけます。

CLUB Panasonic
Pana Sense
http://club.panasonic.jp/mall/sense/

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「ご愛用者登録」をしてください

特典 1 お宅の家電情報をまとめて登録／管理ができる
特典 2 使い方など商品情報をスムーズに入手できる
特典 3 エンジョイポイントをためてプレゼントに応募できる

PC http://club.panasonic.jp/
携帯 ※このサービスは
WEB限定のサービスです。

●使い方・お手入れなどのご相談は

パナソニック 総合お客様サポートサイト
http://panasonic.co.jp/cs/

パナソニック お客様ご相談センター 365日 受付9時～20時

電話 フリーダイヤル 携帯・PHS OK 0120-878-365（パナは 365日）
※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

音声ガイダンスを短くするには、案内が聞こえたら電話機ボタンの
「87」と「350#」を押してください。
（番号を押しても案内が続く場合は、「＊」ボタンを押してから操作してください。）

■上記番号がご利用いただけない場合 06-6907-1187
■FAX フリーダイヤル 0120-878-236
Help desk for foreign residents in Japan Tokyo (03) 3256-5444 Osaka (06) 6645-8787
Open : 9:00 - 17:30 (closed on Saturdays / Sundays / national holidays)
※上記の内容は、予告なく変更する場合があります。ご了承ください。

※ご使用の回線（IP電話やひかり電話など）によっては、回線の
混雑時に数分で切れる場合があります。
本書の「保証とアフターサービス」もご覧ください。

●修理に関するご相談は

パナソニック 修理サービスサイト
http://club.panasonic.jp/repair/
インターネットでのご依頼も可能です。

パナソニック 修理ご相談窓口

電話 フリーダイヤル 携帯・PHS OK 0120-878-554（パナは イイヨ）
※携帯電話・PHSからもご利用になれます。
•上記電話番号がご利用いただけない場合は、
各地域の「修理ご相談窓口」におかけください。

●スマートフォンを使ったタッチアクセス機能に関するご相談は

スマートフォンを使った タッチアクセス機能ご相談窓口 365日 受付9時～20時

電話 フリーダイヤル 携帯・PHS OK 0120-878-832（パナは ハチサンニ）
※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

愛情点検 長年ご使用の IH クッキングヒーターの点検を！

こんな症状はありませんか	ご使用中止
●焦げ臭いにおいがする ●触れるとビリビリ電気を感じる ●トッププレートにひび割れができた	事故防止のため、電源スイッチとブレーカーを切り、必ずお買い上げの販売店または修理ご相談窓口に点検をご依頼ください。

※医療用ペースメーカーなどをお使いの方は、念のため専門医師とよくご相談のうえ、お使いください。

パナソニック株式会社 キッチンアプライアンス事業部
〒525-8520 滋賀県草津市野路東2丁目3番1－1号

© Panasonic Corporation 2013

ZY02－D11
F0413T0

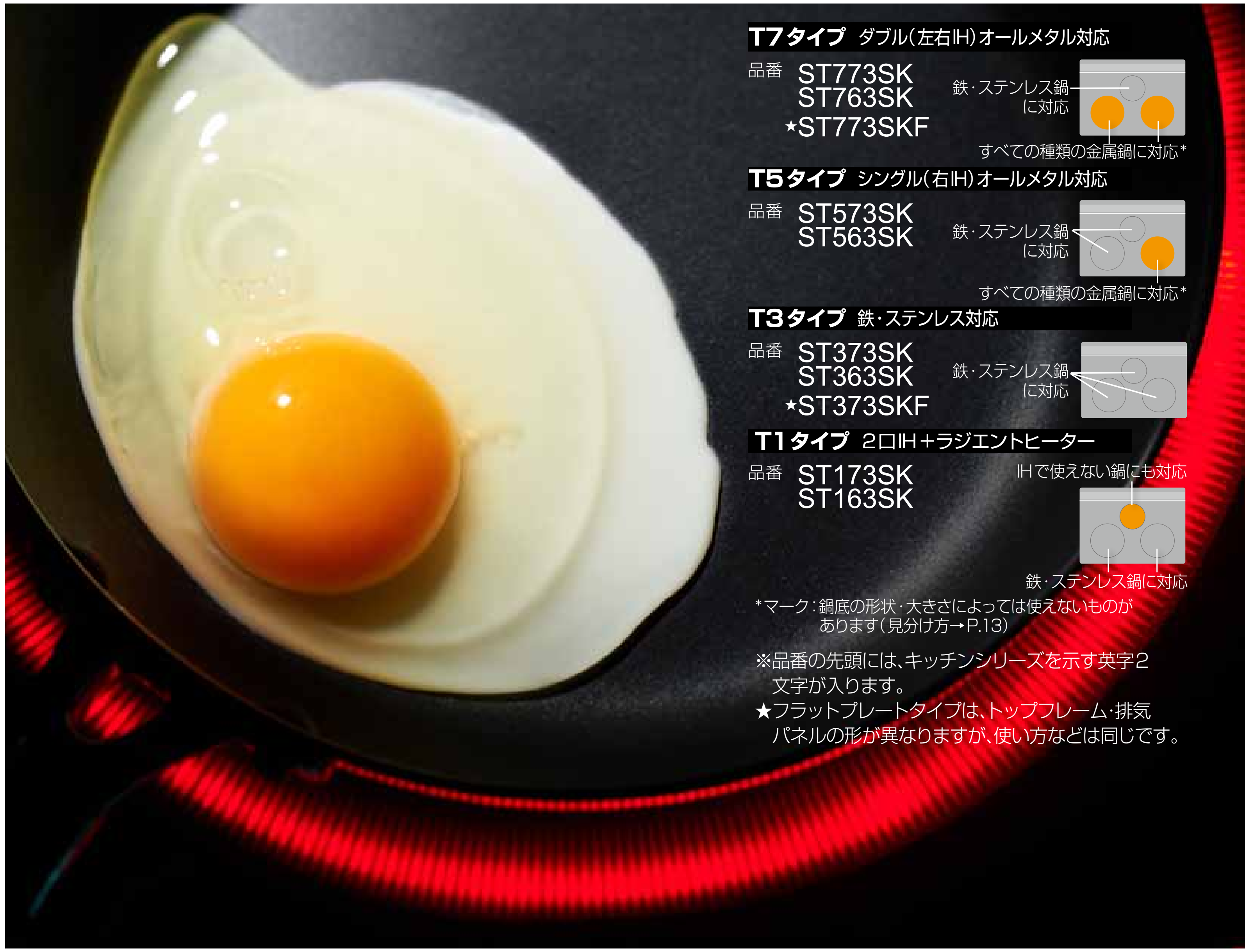
Panasonic

取扱説明書（保管用）

IH クッキングヒーター（家庭用）

＜赤外線式換気連動対応＞

ST773SK
設置例



T7タイプ ダブル（左右IH）オールメタル対応
品番 ST773SK
ST763SK
★ST773SKF
鉄・ステンレス鍋に対応
すべての種類の金属鍋に対応*

T5タイプ シングル（右IH）オールメタル対応
品番 ST573SK
ST563SK
鉄・ステンレス鍋に対応
すべての種類の金属鍋に対応*

T3タイプ 鉄・ステンレス対応
品番 ST373SK
ST363SK
★ST373SKF
鉄・ステンレス鍋に対応

T1タイプ 2口IH＋ラジエントヒーター
品番 ST173SK
ST163SK
IHで使えない鍋にも対応
鉄・ステンレス鍋に対応

*マーク：鍋底の形状・大きさによっては使えないものがあります（見分け方→P.13）

※品番の先頭には、キッチンシリーズを示す英字2文字が入ります。
★フラットプレートタイプは、トップフレーム・排気パネルの形が異なりますが、使い方などは同じです。

保証書別添付

このたびは、IH クッキングヒーターをお買い上げいただき、まことにありがとうございます。
■取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
■**ご使用前に「安全上のご注意」（4～7ページ）を必ずお読みください。**
■保証書は「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、取扱説明書とともに大切に保管してください。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「ご愛用者登録」をしてください（裏表紙ご参照）

ZY02－D11

お問い合わせの多い項目を探しやすくしました。

10ページ
初めて使います。操作方法を教えて。
はじめてガイドでご案内

10
電気料金は
どんなときの金額を表示するの？

11
エコナビについて教えて

12
アルミは？土鍋は？
この鍋、使えますか？
●お手持ちの鍋を確認するには…
●鍋を買うときは…

14
ハンバーグは、どのメニューで焼いたらいい？
メニューの使い分け

28
スマートフォンで
調理の設定が簡単になるの？
定番の焼き物メニュー、グリルメニューが簡単に。

36
ずっとキレイに使いたい
毎日のお手入れ
●トッププレートの汚れは…
●グリル庫内の汚れは…

41
「ブーン」「ジー」「キーン」
鍋から音がする？

●本書の写真はイメージのため、実際と多少異なります。
●IHのレシピ集や詳しい情報が見られます。http://sumai.panasonic.jp/ihcook/

音声ボタン「はじめてガイド」が聞けます。（P.10）

もくじ

ページ
安全上のご注意 …… 4
使用上のお願い …… 7
各部の名前 …… 8
音声機能・電気料金表示について …… 10
エコナビについて …… 11
使える鍋は？ …… 12
IH調理とメニューの使い分け …… 14

基本の調理
• 加熱メニュー …… 16
• ふきこぼれお知らせメニュー …… 18
タイマーを使う …… 19
温度を合わせて揚げる/焼く …… 20
• 揚げ物/焼き物メニュー
自動で湯を沸かす/ごはんを炊く …… 22
• 自動湯沸かし/自動炊飯メニュー
グリルで焼く …… 24
• 自動/手動/温度設定
かんたん焼き物調理で焼く …… 28
• かんたん焼き物調理/タッチアクセス機能
便利な機能 …… 30
• かんたん操作/電気料金累計表示/オールロック/ラジエントロック
換気連動システムについて …… 32
設定を変更する …… 33
• 音声ガイド/電気料金/自動OFF時間/光るリング/こげつきお知らせ/揚げ物温度

お手入れする
• 日常のお手入れ …… 36
• お手入れ機能/パッキンの交換 …… 38
• グリル扉・グリル皿・吸気口カバーの外し方・取り付け方 …… 39

故障かな？ …… 40
こんな表示が出たら… …… 44
仕様 …… 46
保証とアフターサービス …… 47
別売品 …… 裏表紙

確認と準備
使い方
お手入れ
必要なとき

安全上のご注意 必ずお守りください

人への危害、財産の損害を防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を区分して、説明しています。

⚠警告	「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。
⚠注意	「軽傷を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

■お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。

🚫	してはいけない内容です。
❗	実行しなければならない内容です。

⚠警告

油は、炎がなくても温度が上がると発火するおそれがあります。特に、揚げ物・いため物などの調理中は、使い方を誤ると発火することがありますので、ご注意ください。

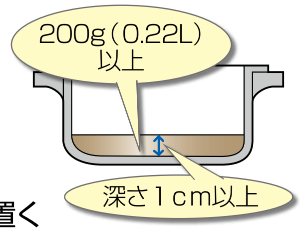
揚げ物をするときは

禁止 ■そばを離れない

必ず守る ■[メニュー]([メニュー])で[揚げ物]を選んで調理する
（加熱・湯沸かしなどで調理しない）

■油の量と深さを守る

■鍋・フライパンなどは光火力センサーが隠れるように置く



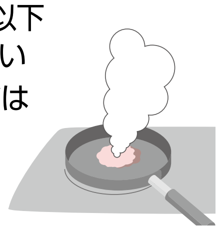
（油温が上がりすぎて、発火の原因）

いため物・焼き物をするときは

禁止 ■そばを離れない

■予熱の火力は「中」以下にし、加熱しすぎない

必ず守る ■鍋・フライパンなどは光火力センサーが隠れるように置く



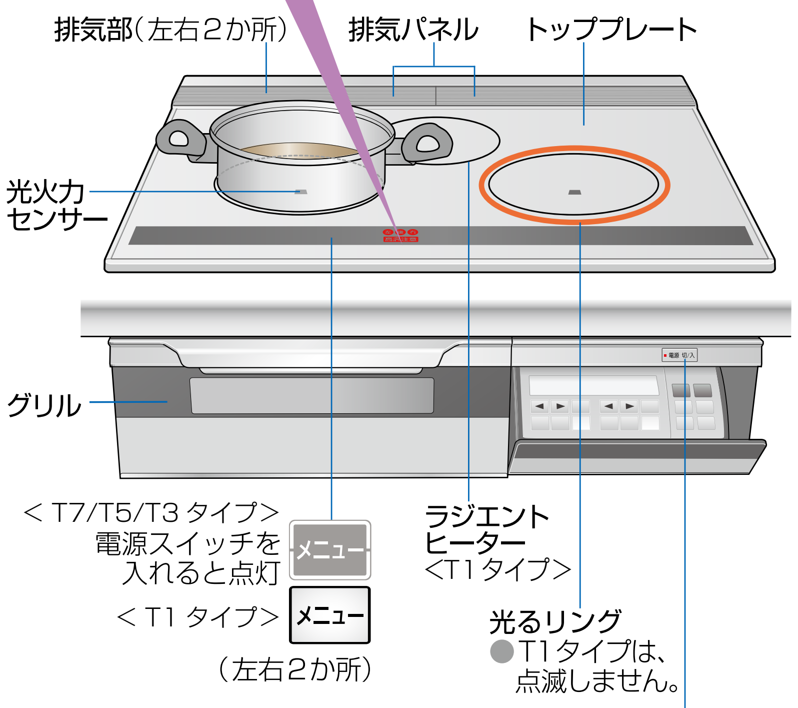
■鍋底の温度を正しく検知するために、トッププレートや鍋・フライパンの内外面に付いた水をふき取っておく

（油温が上がりすぎて、発火の原因）

※鍋底が薄いもの・反っているものは赤熱することがあります。

火災、爆発、やけど、けが、感電などを防ぐために…

高温注意表示や光るリングの点灯・点滅時はやけどに注意!



必ず守る ■使用後は、必ず電源スイッチを切る
（火災の原因）

●長期間使わないときはブレーカーも切る。

■本機の下に後方排気方式のビルトイン電気オーブンレンジを設置している場合

●IHクッキングヒーターを使っていなくてもオーブンレンジを使うと、排気部（左）が熱くなります。

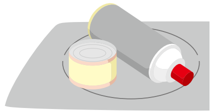
液体を加熱するときは

必ず守る ■加熱する前にかき混ぜる

●だし汁・みそ汁・吸い物・カレーなどの汁物や煮物
（水や調理物を加熱していると、突然噴き出したり鍋が飛び跳ねることがあり、やけど・けが・トッププレート破損の原因）

トッププレート（ガラス製）には

禁止 ■鍋以外のものを置かない



●カセットコンロ・ボンベ・缶詰・湯たんぽなど
（誤って加熱すると、爆発の原因）

●レトルトパック・アルミ箔鍋
内側にアルミ箔を貼った紙パック・アルミ箔など
（破裂によるけが、加熱による発火の原因）

●金属製スプーン・鍋のふた・扉・グリル皿・排気パネルなど
（加熱によるやけどの原因）

●市販の汚れ防止カバー（鍋の下に敷いてトッププレートの汚れを防ぐもの）など
（温度調節機能が正しく働かず、油温が上がりすぎて、発火の原因）

■ラジエントヒーターに直接食材を載せて調理しない＜T1タイプ＞
（火災の原因）

■強い衝撃（上に乗ったり、物を落とすなど）を加えない
（ひびが入ったり割れると、感電や過熱・異常動作の原因）

使用中や使用後しばらくは

禁止 ■高温部に触れない
（やけどの原因）

●排気パネルや排気部など

●トッププレート（特にアルミ・銅鍋の場合は高温になります）

●グリル（扉・庫内など）
（特に乳幼児にはご注意ください）

→電源スイッチを切り、各部が冷めてからお手入れしてください。
吹きこぼれの手入れもご注意ください。

次の点もご注意ください

（火災・やけど・けが・感電の原因）

禁止 ■可燃物をトッププレートに置いたり、近づけない

●ふきん・紙パック・食品トレイなど

■取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、乳幼児に触れさせない

■排気パネルに、ピンや針金など金属製のものを入れない

■分解・修理・改造をしない

→修理は、お買い上げの販売店または修理ご相談窓口にご相談ください。

異常・故障時には

必ず守る ■直ちに使用を中止し、電源スイッチとブレーカーを切る
（発煙・発火、感電のおそれ）

＜異常・故障例＞

●焦げ臭いにおいがする

●触れるとビリビリ電気を感じる

●トッププレートにヒビ割れができた

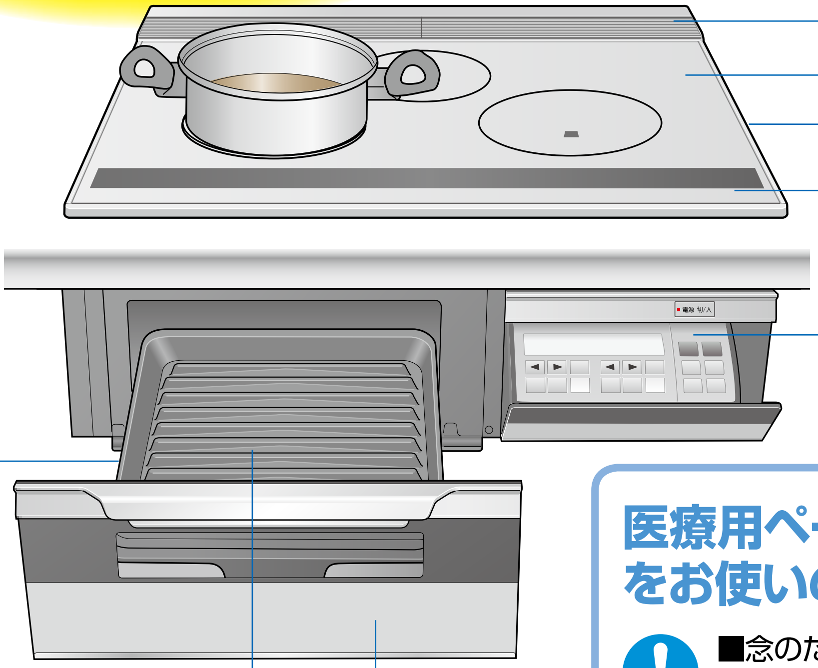
→すぐに、お買い上げの販売店または修理ご相談窓口へ点検・修理を依頼してください。

安全上のご注意 必ずお守りください

使用上のお願い

⚠注意

火災、やけど、
けがなどを防ぐために…



グリルを使うときは
（発火に注意！）

必ず守る

■必ず付属のグリル皿を使用する
●食材・容器など
を直接入れて
調理しない
（発火の原因）

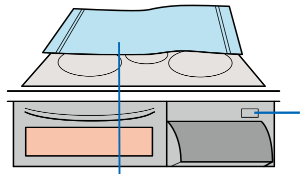
■使用後や連続使用時は、グリル皿に
残った調理物・脂分を取り除く
（発火の原因）

禁止

■そばを離れたり、必要以上に
加熱しない
（発火の原因）
→焼け具合を見ながら時間を調節する。

必ず守る

■万一、発火したら…



①電源スイッチ
を切る

②排気パネル（排気口：P.36～37）を
ぬれたタオルでふさぐ
（このとき、扉の周囲から煙が出ます）

③ブレーカーを切る

●炎が消え、庫内の温度が下がるまで
扉を開けない
（空気が入り、炎が大きくなります）
●扉（ガラス面）に、水をかけない
（割れる原因）

揚げ物をするときは
（発火・やけどに注意！）

必ず守る

■油煙が多く出たら、
すぐに電源スイッチを切る
（加熱を続けると、発火の原因）

■油の飛び散りに注意する
（やけどの原因）
→油の飛び散りを少なくするには
（P.20）

禁止

■他の機器（ガスコンロなど）で、
あらかじめ加熱した油を使わない
（温度調節機能が正しく働かず、
発火の原因）

■顔を近づけない
（やけどの原因）

医療用ペースメーカーなどをお使いの方は

必ず守る

■念のため医師とよくご相談ください
（本製品の動作が、ペースメーカーに
影響を与える原因）

次の点もご注意ください

禁止

■本体の前に物を置かない<T1タイプ>
（火災の原因）

■空焼きしたり、加熱しすぎない
（調理物が燃えたり、鍋が破損する原因）

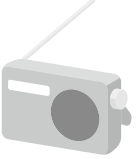
■鍋の下に何も敷かない
●ラップなどの樹脂類
（敷物が溶けてトッププレートと鍋に焼き付いてくっつき、無理にはがすとトッププレート破損の原因）
●紙・ふきんなどの可燃物
（鍋の熱で敷物が焦げる原因）

■調理以外に使わない
（過熱・異常動作による発火の原因）

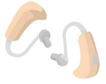
■鍋を不安定な状態にしない
（落下して、けが・やけどの原因）

IHクッキングヒーターを使うとき

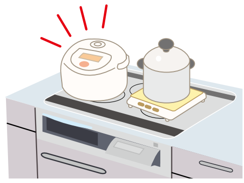
■磁気に弱いものを近づけない
●ラジオ・テレビ・補聴器など
（雑音が入ったり、音が小さく
なる原因）



●ICカード・キャッシュカード類など
（記録が消えたり、壊れる原因）



■トッププレートの上で、電磁誘導加熱の
調理機器を使わない
●IHジャー炊飯器、
卓上型のIH調理器など
（IHクッキングヒーター
が故障する原因）



■排気パネルの上に物を置かない
●異常を検知して加熱が止まることがあります。
●グリル前面から煙が出たり、取っ手が熱くなります。
●グリル調理がうまくできないことがあります。

■天面操作部に水などをかけない
（天面操作ボタンが誤動作する原因）

■本体操作部に煮汁などをこぼしたまま収納しない
（煮汁が固まると、操作部が開かなくなる原因）

■トッププレート、トップフレームに酸の強い
食品が付いた場合は、早めにふき取る
●ジャム・レモン汁・梅などを使った食品
（放置すると、変色の原因）

■ユニット（本体下部）に調味料、食品などを置かない
（排熱による変質の原因）

「火力9」(3kW)は火力が強いため

■様子を見ながら火力調節する
（焦げ付き、吹きこぼれの原因）

グリルを使うとき

■調理後、扉を引き出したままにしない
（天面操作部が熱くなる原因）

■扉やスライドレールなどに過度な力を加えない
→乳幼児がぶら下がったりしないよう注意する。

グリル皿のフッ素樹脂加工を傷めないために

■金属製のへら、ナイフ・フォークなど、端が尖ったものは使わない

■落としたり、硬いものに当てない

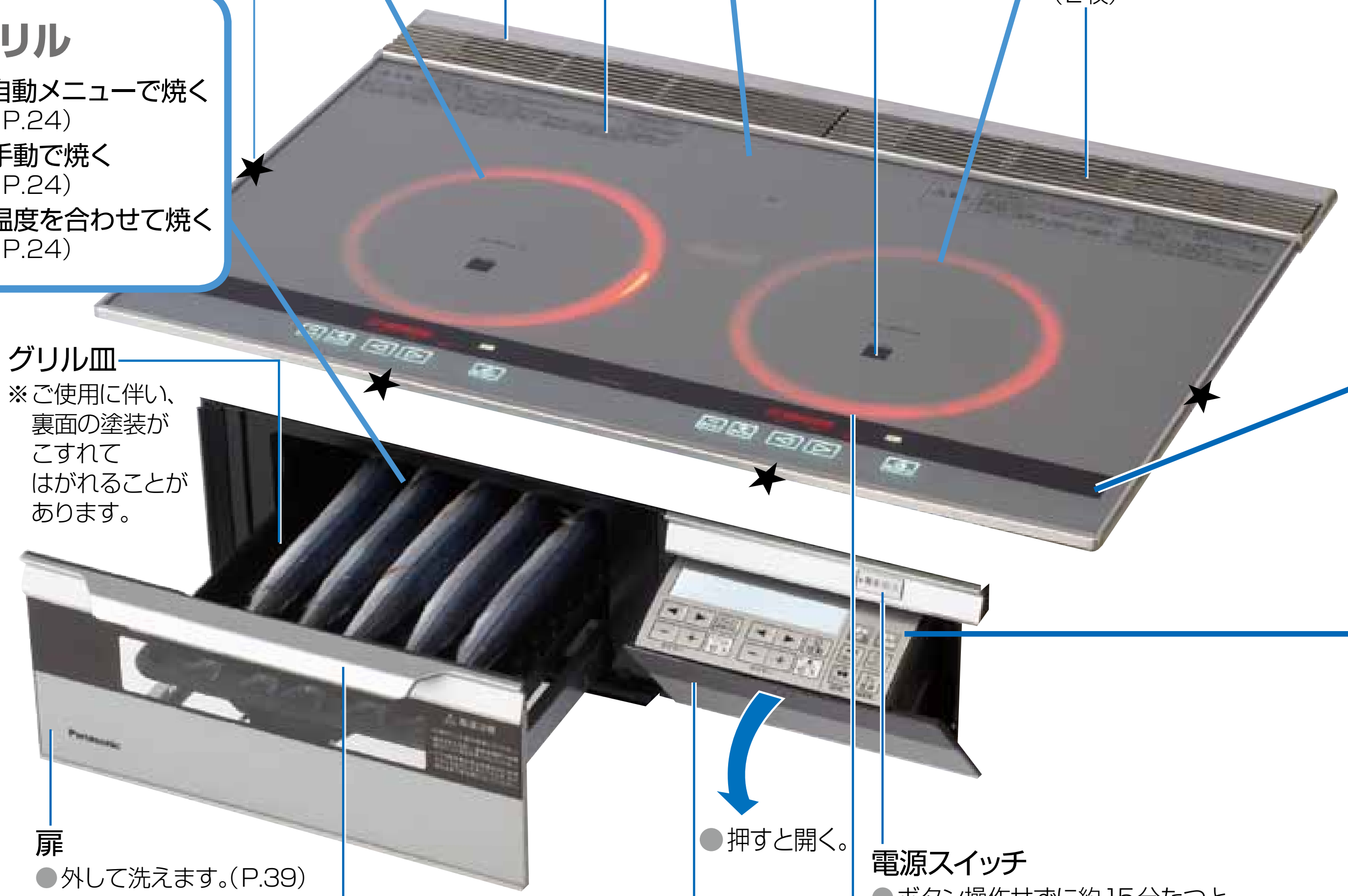
各部の名前

左IHヒーター
- 基本の調理（加熱する）
  - ・加熱メニュー（P.16）
  - ・ふきこぼれお知らせメニュー（P.18）
- 温度を合わせて揚げる（P.20）
- 温度を合わせて焼く（P.20）
- 自動で湯を沸かす（P.22）

後ろIHヒーター
<T7/T5/T3タイプ>
- 基本の調理（加熱する）（P.16）
- 自動でごはんを炊く（P.22）

ラジエントヒーター
<T1タイプ>
- 基本の調理（加熱する）（P.17）

右IHヒーター
- 基本の調理（加熱する）
  - ・加熱メニュー（P.16）
  - ・ふきこぼれお知らせメニュー（P.18）
- 温度を合わせて揚げる（P.20）
- 温度を合わせて焼く（P.20）



凸マーク（★4か所）
- 鍋を中央に置く目安（目の不自由な方へ）

トッププレート（ガラス製）

トップフレーム

光火力センサー（左右IH）

排気パネル（2枚）

グリル
- 自動メニューで焼く（P.24）
- 手動で焼く（P.24）
- 温度を合わせて焼く（P.24）

グリル皿
※ご使用に伴い、裏面の塗装がこすれてはがれることがあります。

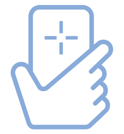
扉
- 外して洗えます。（P.39）

※温度が上がりにくい「防熱グリルドア」を別売しています。（裏表紙）

取っ手

- 押すと開く。

電源スイッチ
- ボタン操作せずに約15分たつと、自動的に切れます。（電源スイッチ自動OFF）
  - ・自動OFF時間を変えるとき（P.34）



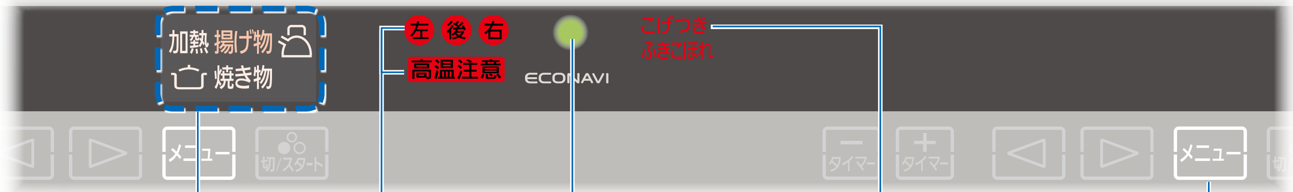
- タッチアクセス機能を使うときに、スマートフォンをかざすところ。（詳しくは：P.28）

光るリング（各IH）
- 使用中は、火力の強さに合わせて明るさが変化します。
- 加熱を止めたり電源を切っても、トッププレートが熱い間は点滅して、「高温注意」をお知らせします。
  〈T7/T5/T3タイプ〉
  - ・点滅を消したいとき（P.34）

お願い
- ラジエントヒーターは特に高温になるため、ご注意ください。<T1タイプ>
- 電源スイッチは少し長めに押してください。（触れただけでは、反応しません）

天面操作部

<T7/T5/T3タイプ>



メニュー表示
- メニューボタンを押すごとに…
  加熱 → 加熱 → 揚げ物 → 焼き物 → <左IHのみ> →（消える）

エコナビランプ
- エコナビ運転するメニューを選ぶと、点灯します。（P.11）

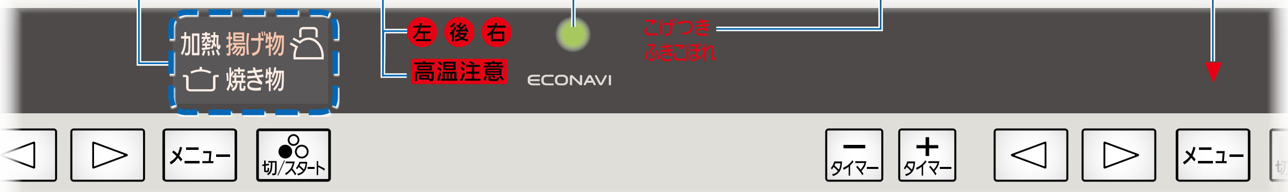
光る天面ナビ
- 電源を入れると、点灯します。（次に操作できるボタンが光ります）

高温注意表示
- 加熱中は点灯します。
- 電源を切っても、熱い間は点滅します。

こげつき・ふきこぼれお知らせ表示
- 左右IHヒーターで、吹きこぼれや焦げ付きを検知したら点滅します。（P.15）

▼マーク
- 電源を入れると、表示されます。

<T1タイプ>



本体操作部

<T7/T5/T3タイプ>

グリル（P.26〜27）
後ろIHヒーター（P.17、19、23）

<T1タイプ>

グリル（P.26〜27）
ラジエントヒーター（P.17、19）

カウントタイマーボタン（P.19）
- ・時間の経過を知りたいとき。

オールロックボタン（P.31）
- ・いたずらや誤操作を防ぎたいとき。（チャイルドロック）

ラジエントロックボタン（P.31）
<T1タイプ>
- ・誤操作を防ぎたいとき。

音声ボタン
- ・音声ガイドを聞き直したいとき。（P.10）
- ・はじめてガイドを聞きたいとき。（P.10）
- ・音量を変えたい/説明を詳しくしたいとき。（P.33）
- ・音声を消したいとき。（P.33）

かんたん操作ボタン（P.30）
<T7/T5/T3タイプ>
- ・操作できるメニューを減らしたいとき。

運転 切 / 運転 入/風量 ● **換気連動システムについて**（P.32）

音声機能・電気料金表示について

音声ガイド

タイマーなど
難しい操作も、
迷わず安心して
使えます。

■直前の音声を聞き直すとき:［音声］押す

■音量を変える／説明を詳しくする／
音声を消すとき（P.33）

はじめてガイド

実際に操作するときと
同じように
表示も変わるので、
操作が実感できます。

1 電源を入れたあと
何も操作せずに ［音声］ 押す

2 どの説明を聞くかを選ぶ

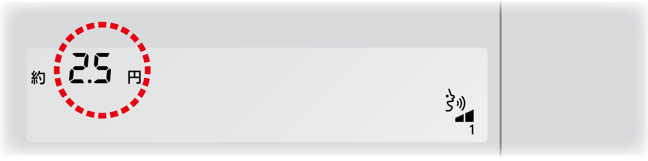
- ●左右ＩＨヒーターのとき:［メニュー］押す
- ●後ろＩＨヒーターまたは
ラジエントヒーターのとき:［切/入］押す
- ●グリルのとき:［グリル 切/入］押す
- ●すべての説明を聞くとき:何も押さない。
  - •左右ＩＨ→後ろＩＨまたはラジエントヒーター
→グリルの順に説明されます。
（所要時間:約8分）

■各ヒーターの説明を聞き直すとき
手順2のボタンが点滅しているうちに､再度押す。
●すべての説明を聞き直すとき:電源を切ってやり直す。

■説明を終了するとき:［音声］押す

電気料金表示

電源を切ると、電源を入れてから切るまでの電気料金の目安が約１分間表示されます。
（金額は目安のため、調理物の量・温度などにより異なります）



●表示例

（12.7円のとき）（100円以上のとき）

■再確認するとき
電源を入れると、前回の電気料金が約 30 秒間表示されます。
（表示中にボタン操作をすると、消えます）

■料金単価を地域に合わせて変えるとき
（P.33）

■１日分、1か月分など累計額を確認するとき
（P.30）

■表示をやめるとき（P.33）

こんなときの「安全機能」

うっかりしていた！
- ●鍋なし自動OFF（P.44）
- ●小物自動OFF（P.44）
- ●空焼き自動OFF（P.45）
- ●電源スイッチ自動OFF＊（P.40）
- ●切り忘れ自動OFF＊（P.40）

トッププレートが熱い！
- ●高温注意表示（P.9）
  ※光るリングでも補助的にお知らせ。
  〈T7/T5/T3タイプ〉（P.8）

温度が上がりすぎた！
- ●温度過昇防止（P.42）
- ●アルミ加熱高温検知<T7/T5タイプ>（P.44）
- ●グリル高温自動OFF（P.45）
- ●お手入れ異常自動OFF（P.45）

いたずらや誤操作を防ぐ…
- ●オールロック（チャイルドロック）＊（P.31）
- ●ラジエントロック<T1タイプ>（P.31）

＊IHとグリル共通です。

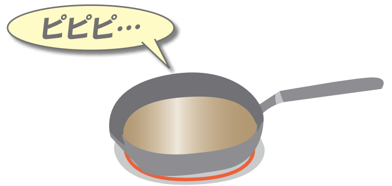
エコナビについて

「光火力センサー」が
鍋底温度を素早く検知し、
火力をコントロール

●「揚げ物」「焼き物」メニューで働きます。
●作る量や、鍋の大きさ・材質が変わっても、
油や鍋底温度の変化に素早く対応！

省エネ効果の例

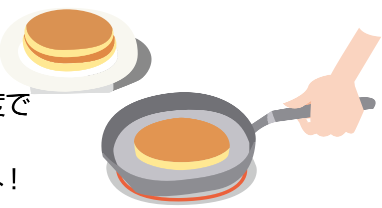
揚げ物メニュー



高火力で一気に
加熱し､予熱時間を
短縮して省エネ！

油量200g･170℃設定時､約12%の省エネ効果があります。
（ST773SKと当社従来品との､予熱完了お知らせまでの
消費電力量の比較）

焼き物メニュー



連続調理でも､鍋底温度で
コントロールするから､
無駄に加熱せず､省エネ！

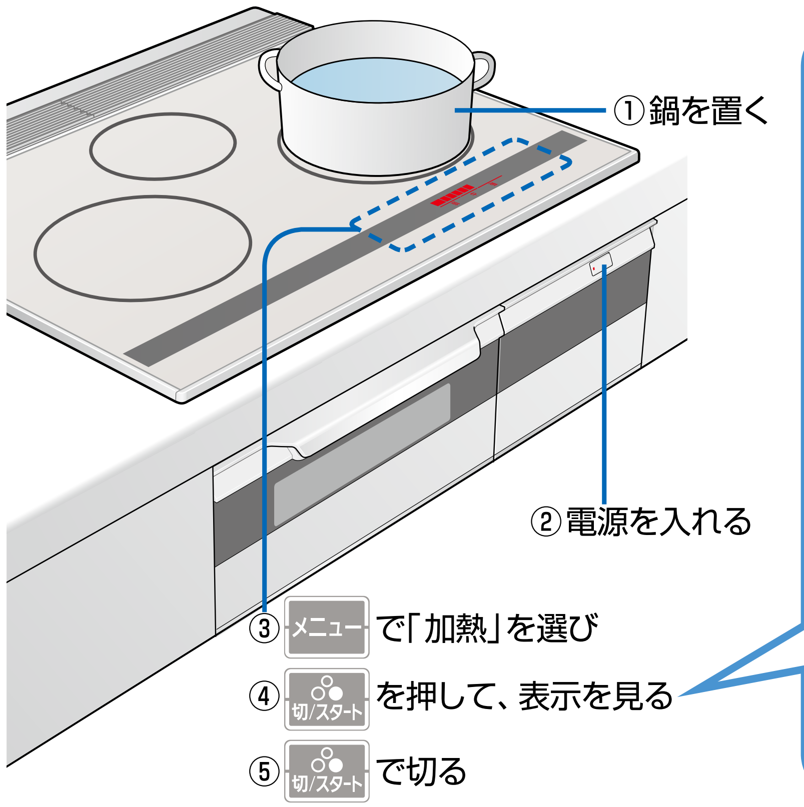
直径約15cmのホットケーキを､表6分/裏2分で3回連続
焼きした場合､約9%の省エネ効果があります。
（ST773SK「焼き物メニュー:160℃」で焼いたときと､
当社従来品「火力3」で焼いたときとの消費電力量の比較）

お知らせ

●省エネ効果の算出条件
・ST773SKと当社従来品SVSW33EKとの比較で算出した､平均積算電力量です。（パナソニック（株）実測データより）
・フライパン（底の直径18cm）､天ぷら鍋（底の直径14cm）の当社標準鍋を使用しています。
●省エネ効果は､作る量､鍋の大きさ･材質､およびIHヒーターの種類（オールメタル対応か､鉄･ステンレス対応か）により異なります。

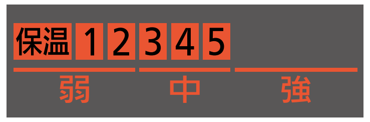
使える鍋は？ 確認のしかた

お手持ちの鍋を確認するときは…



鍋に
水を入れて
加熱してみる！

○ 使える鍋は
火力表示が点灯

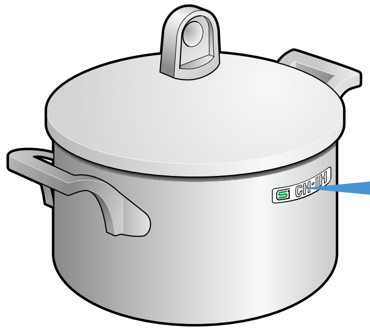


× 使えない鍋は
火力表示が点滅

●T5タイプでは、使える鍋が左右IHヒーターで異なりますので、両方のIHヒーターでご確認ください。

鍋を買うときは…

■ステンレス

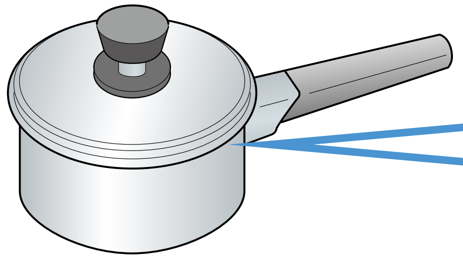


マークを確認する！

CH·IH　IH

一般財団法人「製品安全協会」が認証したIHクッキングヒーター（200V）対応の商品です。
（または、あっせん品をお勧めします）

■アルミ <T3/T1タイプでは使えません>



形・大きさを確認する！

●底が平らで、反り、脚がないもの
●底径が15～26cmのもの
（フライパン・卵焼き器は、あっせん品をお勧めします）

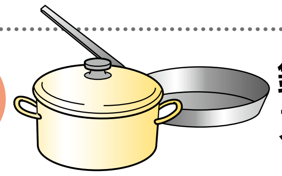
●あっせん品は、お買い上げの販売店にお問い合わせください。
●ステンレス、アルミ以外の鍋は、右ページの表でご確認ください。

使える・使えないの見分け方

使えます！ / 使えません！

材質

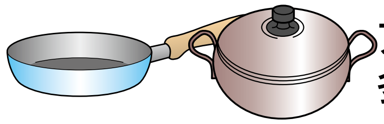
○ **鉄・ホーロー・ステンレス**



●ステンレス（特に多層鍋）は、鍋によって火力が弱くなったり加熱できないものがあります。
●ホーロー鍋は、空焼き・焦げ付きを避ける。（溶けて焼き付き、トッププレートが損傷します）

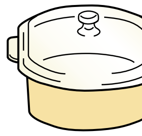
オールメタルIHでは使えます！

アルミ・銅・多層鍋

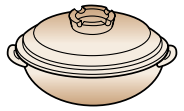


●アルミは、調理物を入れて700g以上の重さにする。（軽いと鍋が動くことがあります）
●フライパン・卵焼き器は、底の厚いアルミ鋳造品を使う。
●アルミ鍋では、いため物・空焼きを避ける。（鍋底が変形しやすくなります）

× **耐熱ガラス**



土鍋



●市販の土鍋は、CH·IH IHマークや「IH用」の表示があっても使わない。（故障したり、火力が弱くなり調理できません）

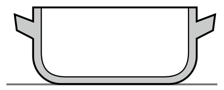
鉄・ステンレスIHでは使えません！

アルミ・銅・多層鍋

（底は磁石が付かない非磁性ステンレスで、間にアルミや銅を挟んだもの）

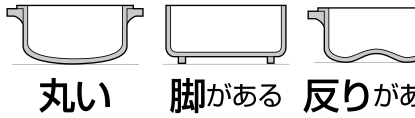
底の形

○



平らで、トッププレートに密着する

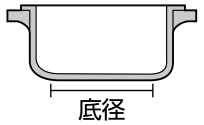
×



●反りの目安として、鉄・ホーロー・ステンレスは約3mm、アルミ・銅は約2mm以上のものは使わない。（安全機能が正しく働かない、火力が弱くなる、加熱できないことがあります）

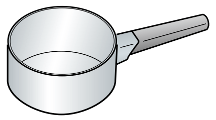
大きさ（底径）

○



・左右IH
12～26cm
（アルミ・銅などは15～26cm）
・後ろIH
<T7/T5/T3タイプ>
12～18cm

×



12cm未満
（アルミ・銅などは15cm未満）

●異常を検知して、火力が弱くなる、加熱できないことがあります。

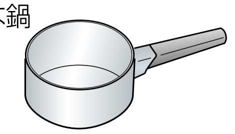
●底が薄すぎるものは、空焼き・強火の加熱で反ることがあります。
●底面にホーロー加工した魚焼き器は、使えません。（ホーローが溶けて焼き付き、トッププレートが損傷します）

●「揚げ物」「焼き物」「自動湯沸かし」「自動炊飯」メニューのときは、他にも制約があります。
→各説明ページの「調理のポイント」でご確認ください。

ラジエントヒーターでは、IHでは使えない材質や、小さな鍋も使えます <T1タイプ>

●アルミ・銅鍋、超耐熱ガラス、小さめの土鍋など
・脚付きのものは使えません。
・魚焼き器・網は使わないでください。（調理物が落ちてトッププレートに焼き付きます）

●ミルクパンなどの小さな鍋（底径16cm未満）
・平らで底が厚めのものがお勧めです。



IH調理とメニューの使い分け

調理に合わせてメニューを選択！

調理		メニュー		使えるヒーター	使える機能：タイマー	使える機能：カウントタイマー	自動で働く機能：エコナビ運転	自動で働く機能：ふきこぼれお知らせ	自動で働く機能：こげつきお知らせ
基本の調理 煮る・ゆでる・温める・蒸す・焼く・いためるなどに。		加熱	**加熱メニュー** (P.17) • 弱火から強火まで、きめ細かい火加減が可能！ • 安定した高火力で、いためものもシャキッと！素早い温度復帰で、鍋フリもできます。	3口	●	●(左右IHのみ)	—	—	●(左右IHのみ)
ふきこぼれが心配なとき 麺をゆでるときや、鍋物の下ごしらえに。		加熱	**ふきこぼれお知らせメニュー**(P.18) • 吹きこぼれを検知したら、加熱を止めてお知らせ！	左右IH	●	●	—	●	●
揚げ物のとき		揚げ物	**揚げ物メニュー**(P.21) (光・揚げ物温度調節機能) • 食材を入れても、素早く温度復帰。温度をキープしてくれるから、カラッとおいしく！	左右IH	—	●	●	—	—
温度を合わせて焼くとき ハンバーグや、ホットケーキなどに。		焼き物	**焼き物メニュー**(P.21) (フライパン焼き物温度調節機能) • 自分で火加減しなくても、温度をキープしてくれるから、手間なくおいしく調理！	左右IH	●	●	●	—	—
自動で湯を沸かすとき			**自動湯沸かしメニュー**(P.23) • 沸騰したら、お知らせして保温。(5分で自動オフ)	左IH	—	●	—	●	—
<T7/T5/T3タイプ> **自動でごはんを炊くとき**			**自動炊飯メニュー**(P.23) • 炊き上がったら、お知らせして自動オフ。	奥	—	—	—	—	—

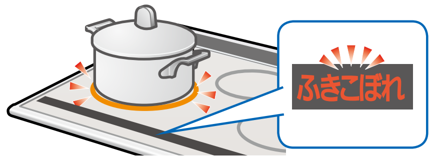
自動で働く機能

■エコナビ運転 (P.11)

「光火力センサー」が鍋底温度を素早く検知し、火力をコントロール。加熱しすぎないから、おいしく省エネ！

■ふきこぼれお知らせ(P.18)

センサーが吹きこぼれを検知すると、加熱を止めて、光るリング・表示・音声でお知らせ！



■こげつきお知らせ

「光火力センサー」が焦げ付きを検知すると、加熱を止めて、光るリング・表示・音声でお知らせ！

- 「5」以下の火力で約10分以上加熱を続けているときに、働きます。
- 鍋の種類・材質・底の形や大きさ・火力・調理メニューなどによって、加熱が止まるまでの時間や焦げ付き方は変わります。(煙やにおいが出ることもあります)
- 煮物・煮込み以外の調理では、誤検知して加熱が止まることがあります。(ジャム作りなど弱い火力で水分を飛ばすものや、パエリアなど少し焦げ付かせるもののとき)
  →再加熱するには
  [切/スタート] 押して「こげつき」表示を消し、再加熱の操作をする。
  →「こげつきお知らせ」を解除するとき(P.35)

基本の調理 加熱メニュー

調理のポイント

煮立ち具合（ぐつぐつ感）や
火力感（ジュージュー音）を見て火加減を！

		とろ火	弱火	中火			強火			
	保温	1	2	3	4	5	6	7	8	9
消費電力	弱			中			強			
左右IH	120W	235W	370W	500W	700W	1,000W	1,450W	2,000W	2,500W	3,000W
後ろIH	90W	235W	370W	500W	700W	1,000W	1,500W			
煮る		カレー・おでんなど じっくり煮込む		煮魚など さっと煮る			煮立てる			
ゆでる					根菜・麺類を ゆでる			葉菜を さっとゆでる		湯を沸かす
温める	保温	温め直し								
蒸す			茶わん蒸しを 蒸す				豚まんなど 強めの蒸気で均一に蒸す			
焼く			ハンバーグ・ぎょうざなど 中までじっくり		焼き色を付ける			ステーキなど 表面をさっと焼く		
いためる				玉ねぎなど 焦がさずにいためる			野菜いためなど 手早くいためる			

●消費電力は、鉄・ホーロー鍋を使った場合です。
●鍋の材質によって火力感＊が変わります。
＊鉄・ホーロー▶ステンレス▶多層鍋▶アルミ・銅の順に弱くなります。
＊アルミ・銅は、鉄に比べ、火力「7・8」で約10～15％弱くなります。（パナソニック（株）測定方法による）

■煮る・温めるときは…

長時間の煮込みには必ずタイマーを使う（P.19）
約45分で「切り忘れ自動OFF」が働きます。

汁物などは加熱する前にかき混ぜて！
みそ汁・カレーなどの汁物や煮物。

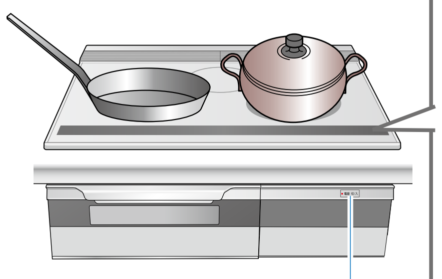
■焼く・いためるときは…

予熱は短めで充分！
長すぎると、鍋の赤熱・変形の原因に。
（軽い小さな鍋は、火力も少し弱めに）
油は予熱してから入れる
高火力のため、煙が出ることがあります。

全体を手早くいためる
安定した高火力で、いため物もシャキッ。
素早い温度復帰で、鍋フリもできます。

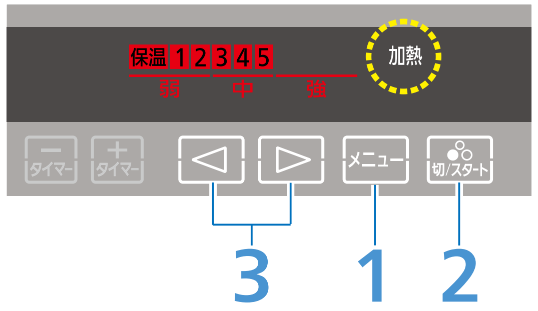
加熱する

■左右 IH ヒーターで



電源「入」
（ランプ点灯）

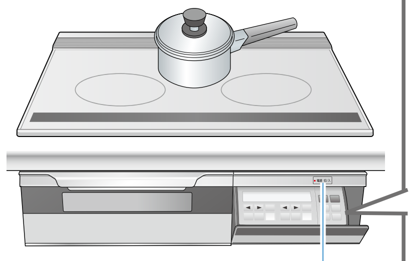
1 「加熱」を選ぶ
メニュー （1回押す）
2 スタートする
切/スタート
3 火力を合わせる
◁ ▷
4 調理が終わったら…
切る
切/スタート



・火力調節の目安（もっとIH！おうちメニューが増える本）

■タイマー/カウントタイマーを使うとき （P.19）

■後ろ IH ヒーターで
（T7/T5/T3タイプ）



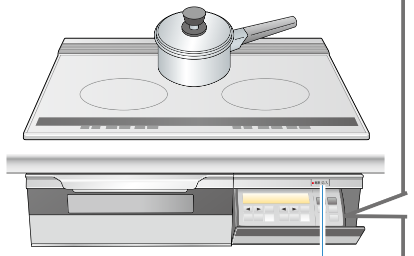
電源「入」
（ランプ点灯）

1 スタートする
切/入
2 火力を合わせる
◀ ▶
3 調理が終わったら…
切る
切/入

・火力調節の目安（もっとIH！おうちメニューが増える本）

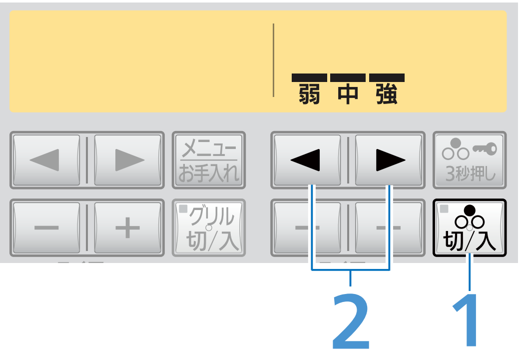
■タイマーを使うとき （P.19）

■ラジエントヒーターで
（T1タイプ）



電源「入」
（ランプ点灯）

1 スタートする
切/入
2 火力を合わせる
◀ ▶
3 調理が終わったら…
切る
切/入



■タイマーを使うとき （P.19）

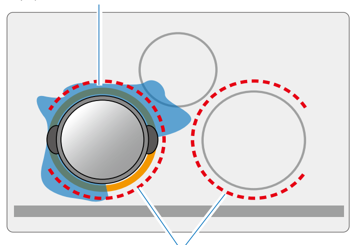
使い方
基本の調理

基本の調理　ふきこぼれお知らせメニュー

麺をゆでるなど、吹きこぼれが心配なときに便利です。

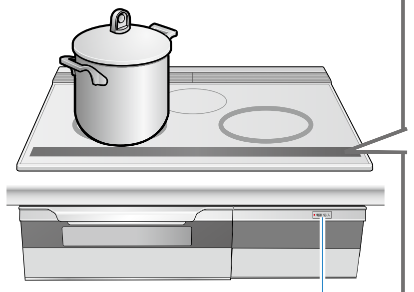
センサーが吹きこぼれを検知すると…
加熱が止まり、
光るリング･表示･音声でお知らせ！

「吹きこぼれを検知したので加熱を止めました…」



加熱する（「ふきこぼれお知らせ」機能付き）

■左右 IH ヒーターで



1 「加熱」「[鍋マーク]」を選ぶ

メニュー （2回押す）

（ ふきこぼれ が表示される）

2 スタートする

切/スタート

（ ふきこぼれ が消える）

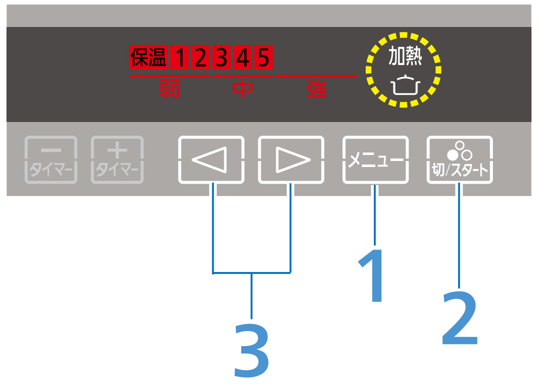
3 火力を合わせる

◁ ▷

● ◁ を長押しすると一気に 保温 に下がる。

4 調理が終わったら… 切る

切/スタート



■タイマー/カウントタイマーを使うとき (P.19)

こんなときは…

●吹きこぼれを検知して加熱が止まったとき
→再加熱するには、切/スタート を押して「ふきこぼれ」表示を消し、再加熱の操作をする。

お知らせ

●加熱が止まるまでの時間や吹きこぼれ量は、鍋の種類･材質･底の形や大きさ、火力、調理メニューなどによって変わります。

●牛乳･豆乳･スープ･お粥など、多くの泡が急に発生するものや少しずつの吹きこぼれや飛まつは、正しく検知しないことがあります。(吹きこぼれ量が多くなる、途中で加熱が止まるなど)

●次の場合は、吹きこぼれても検知しなかったり、誤検知して加熱が止まることがあります。
・鍋がずれている。
・鍋底･トッププレートがぬれている。
・センサー上に吹きこぼれていない。
・蒸留水などの極端に純度が高い水を沸かした。

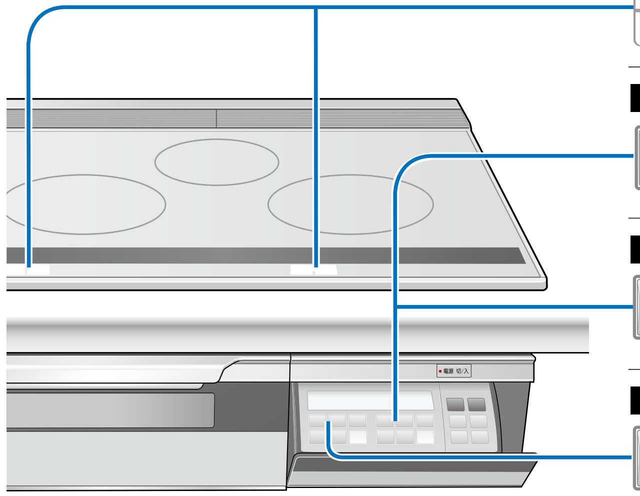
●天面操作部に吹きこぼれると、検知する前にエラー(U 15)になることがあります。(P.44)

●左右IHとも「ふきこぼれお知らせ」が働くメニュー(加熱[鍋]/[魚焼き])で調理しているときは、片方で吹きこぼれを検知すると、両方の加熱が止まります。

タイマーを使う

設定時間後、自動的に切りたいとき（タイマー）

長時間煮込むときや、ゆで時間や焼き時間などをきちんと合わせたいときなどに便利です。



1 スタートしたあと…
時間を設定する

＜設定できる時間の範囲＞

■左右IHヒーターのとき　● 1分～9時間30分

－タイマー ＋タイマー　1:20

■後ろIHヒーターのとき　● 1分～9時間30分

－ ＋　残 1時間20分

■ラジエントヒーターのとき　● 1分～30分

－ ＋　残 25分

■グリルのとき　●グリル(手動)のとき：1分～30分　●グリル(温度設定)のとき：1分～60分

－ ＋　残 50分

ピピピ…

調理が終わったら…
自動的に切れる

■取り消すとき
→ -:-- (-時間--分 / --分)が表示されるまで、[－タイマー] ([－]) を押す。

●時間は、次の単位で設定できます。
・30 分まで :1 分刻み
・1 時間まで :5 分刻み
・3 時間まで :10 分刻み
・9 時間 30 分まで：30 分刻み
●押し続けると、早送りできます。
●最初に [－タイマー] ([－]) を押すと、最長時間 (IH ヒーターの場合、9 時間 30 分) から減らしながら設定できます。

お知らせ

●「焼き物」/「グリル(温度設定)」メニューのときは、タイマーボタンを押すと温度表示が消えます。
→「メニュー」ボタン (「メニュー / お手入れ」ボタン) を押すと、再度表示されます。(約10秒間)

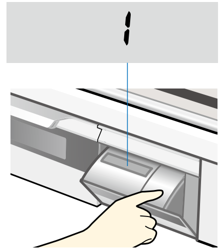
時間の経過を知りたいとき（カウントタイマー）

焼き色を付けるときや、葉菜のゆで時間・揚げ時間などを計るときに便利です。

1 [カウント] 押す
（カウントが始まる） 1 2 3 • • •(秒)
● 1時間後までカウントされる。

2 止めるときは、再度押す• • • • • • 15

3 消すときは、再度押す• • • • • • • • •



●後ろIH（自動炊飯含む）またはラジエントヒーター使用中は、使えません。

使い方

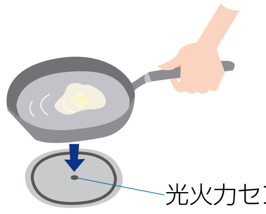
基本の調理／タイマーを使う

温度を合わせて揚げる／焼く

調理のポイント

鍋は中央に！

光火力センサーが鍋底温度の見張り役です。
（トッププレートの汚れも、取っておく）



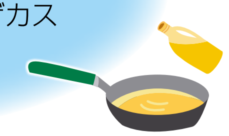
■「揚げ物」メニューは…

鍋の種類･材質に注意 (P.13)

鍋によっては油温がずれる･予熱時間が長い･異常を検知して加熱できないものがあります。（特にアルミ･銅鍋は、予熱に15分程度かかるものもあります）
→鍋の説明書もご確認を。
→ CH-IH ・ IH マークの鍋がお勧め。

油は200〜800g(0.22〜0.9L)
深さ1cm以上に

熱い油･茶褐色の油･濁った油･揚げカスが沈んでいる油は使わない。



予熱表示が消えてから

材料や菜ばしなどを入れる。予熱開始後は、油のつぎ足しや鍋の移動をしない。
（異常検知による、加熱停止の原因）

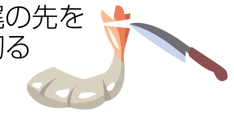
油の飛び散りを少なくするために

水分の多い材料などは下ごしらえする

（水分や空気の膨張による破裂防止）

●**切り目などを入れる**

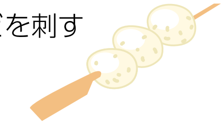
えび
尾の先を切る



ししとう
縦に切り込みを

いか
皮をむき、両面に切り目を

うずらの卵
串などを刺す



●**水分をふき取る**
・魚介類･しいたけ･ピーマンなどの野菜

●**竹串などで穴を開ける**
・皮や薄皮の付いたにんにくなど

●**ベーキングパウダーや砂糖を入れる**
・ドーナツなどの生地

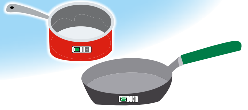
●**揚げすぎに注意する**
（破裂防止）
・けんさきいか･するめいかなど
・コロッケ
・うずらのゆで卵･にんにくなど
・ししとう･おくらなど（中が空洞の野菜）

●**油を入れる前に、鍋の内側の水滴をふく**

■「焼き物」メニューは…

CH-IH IH マークのフライパンを使う

それ以外は、鍋底の温度がずれることがあります。

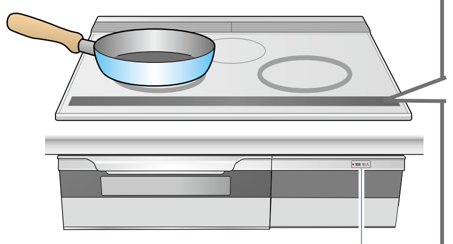


予熱表示が消えてから油や材料を入れる

揚げ物／焼き物メニュー

揚げる

■左右 IH ヒーターで



1 「揚げ物」を選ぶ
メニュー（3回押す）

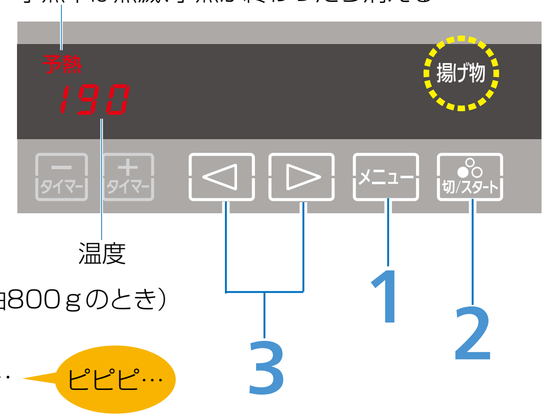
2 スタートする
切/スタート

3 温度を合わせせる
◁ ▷

（約7〜10分：油800gのとき）

4 予熱表示が消えたら…　ピピピ…
揚げる

5 調理が終わったら…
切る
切/スタート



•温度の範囲：140〜200℃
•温度調節の目安（もっとIH! おうちメニューが増える本）

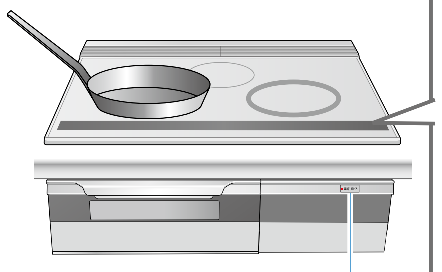
■カウントタイマーを使うとき(P.19)

お知らせ

●予熱完了1分前に、音声でお知らせします。
●鍋によっては設定温度からずれることがあります。
→ ◁ ▷ で温度を調節する。

焼く

■左右 IH ヒーターで



1 「焼き物」を選ぶ
メニュー（4回押す）

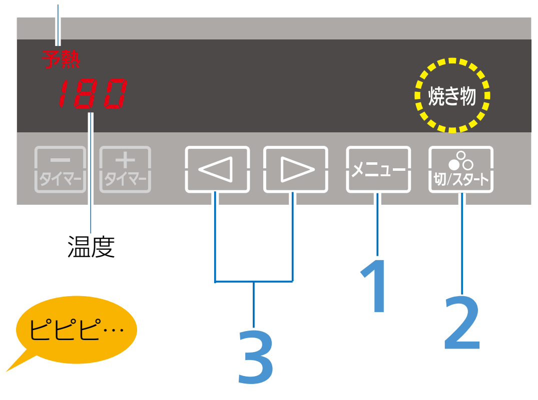
2 スタートする
切/スタート

3 温度を合わせせる
◁ ▷

（約1〜3分）

4 予熱表示が消えたら…　ピピピ…
焼く

5 調理が終わったら…
切る
切/スタート



•温度の範囲：140〜230℃
•温度調節の目安（もっとIH! おうちメニューが増える本）

■タイマー/カウントタイマーを使うとき(P.19)

お知らせ

●複数のヒーターを使っているときは、予熱時間が長めになります。

フライパンによっては

●底が変色することがあります。（高火力で予熱するため）
●設定温度からずれることがあります。
→ ◁ ▷ で温度を調節する。

使い方

温度を合わせて揚げる／焼く

自動で湯を沸かす／ごはんを炊く

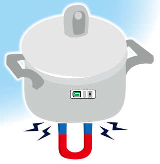
調理のポイント

使える鍋ややかんに注意！
水や米の量を守る！ふたをする！

失敗しないためには、次のことにもご注意ください
●トッププレートが熱いときに、使わない。
●ヒーターの中央や鍋底が汚れたまま、使わない。
●途中で、ふたを開けたり動かしたり、水や湯をつぎ足さない。

■「自動湯沸かし」メニューは…

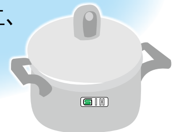
使える鍋ややかんは…
●[S CH-IH] [S IH] 付きのステンレス製で鍋底に磁石が付く
●内側がフッ素樹脂加工されていない
●底に1mm以上の反りがない
●底の厚さが4mm未満
※自動湯沸かしに使えるケトルを別売しています。(裏表紙)



水の量は…
●1～2L（沸騰を検知できる量）
●やかん・鍋の容量の約60%まで（吹きこぼれないように）
※常温の水以外(出し汁・お茶のパックなど)を沸かさない。

■「自動炊飯」メニューは…

使える鍋は…
●[S CH-IH] [S IH] 付きのステンレス製
●底径:約16～17cm、深さ:7cm以上、底の厚さ:2.5mm以上



米の量は…
●1～2カップ（約150～300g）
●正確に量る

•炊飯器付属のカップは、すりきり
•市販のカップは、180ml

洗米したら、充分水を切る
（水量が増えてしまいます）
30分以上、水にひたす
（冬場は1時間以上）

水の量は…
●米1カップ(約150g)当たり、200ml
●米の銘柄・産地、季節などにより、お好みで水の量を加減する。(水量の10%まで)
※お湯・pH9以上のアルカリ水は使わない。

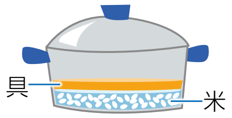
無洗米・発芽玄米・炊き込みごはんのとき

無洗米・発芽玄米は、水を増やす

米	水	
	無洗米	発芽玄米
1カップ	230ml	240ml
2カップ	450ml	460ml

●発芽玄米は、白米と混ぜてお使いください。（白米2：発芽玄米1）

炊き込みごはんは、水と具の量に注意
●水：調味料の分量だけ減らす。
●具：お米の重さの30%程度に。
●炊く直前に調味料を入れてかき混ぜ、具を米の上に載せる。

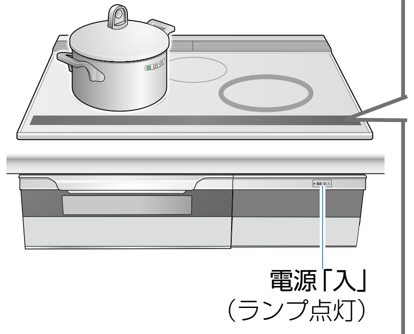


炊き込みごはん・無洗米は、焦げやすいので注意
→残り10分でヒーターから外し、ぬれぶきんの上で蒸らす。

自動湯沸かし／自動炊飯メニュー

湯を沸かす

■左 IH ヒーターで

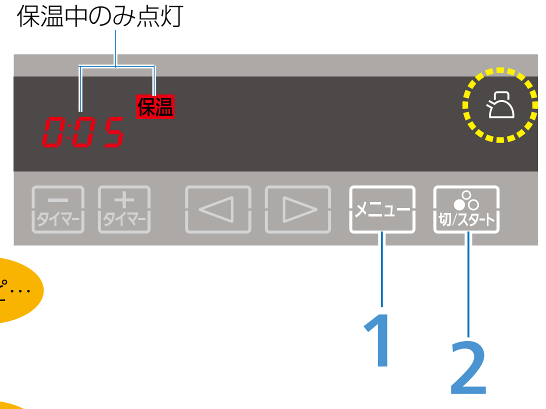


こんなときは…
●沸騰した湯が飛び散るとき
→ふたをずらすか、[切/スタート]で切る。
●沸騰しないで切れたとき
→「ふきこぼれお知らせメニュー」(P.18)で沸かす。(深鍋で大量に沸かしたときなど)

お知らせ
●鍋の材質・厚さ・底形状・水温などにより、ブザーが3分程度ずれることがあります。

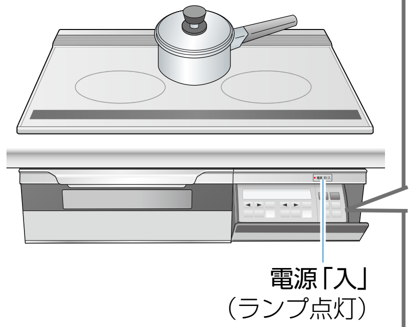
1 「[やかん]」を選ぶ
[メニュー]（5回押す）
（[ふきこぼれ] が表示される→P.18）

2 スタートする
[切/スタート]
（[ふきこぼれ] が消える）
（約4分/L）
沸騰したら…
保温になる ピピピ…
（5分）ピピピ…
（自動的に切れる）



ごはんを炊く (T7/T5/T3タイプ)

■後ろ IH ヒーターで



こんなときは…
●カップ数をまちがえてスタートしたとき
→5分以内なら、ヒーターを切り、自動炊飯でやり直す。
→5分以上たっていたら、「加熱」で火力調節して炊く。
①火力「4」で沸騰させる
②蒸気が出たら、火力「1」に弱めて炊く(約15分)
③ヒーターを切って蒸らす(約10分)
●ふたが開かないとき
→火力「4～5」で少し加熱する。

1 押す
[自動]

2 カップ数を合わせる
[◀] [▶]

3 スタートする
[切/入]
（約35～45分）
炊き上がったら… ピピピ…
自動的に切れる

4 すぐにほぐす
（ふたを閉めたままにすると、ごはんがべたつきます）

•カップ数の範囲：1～2カップ

使い方

自動で湯を沸かす／ごはんを炊く

グリルで焼く　調理のポイント

自動　手動　温度設定

焼くものに合わせて使い分ける

自動
グリルの定番メニューを簡単に…
メニューに合わせ、火力や時間を自動で調節。

手動
「自動」で焼けないものは…
自動メニューにないものや、様子を見ながら焼きたいときに。
少し追い焼きしたいときにも。

温度設定
オーブン代わりにも…
温度と時間を合わせて調理。
おかずからパン・お菓子まで、大活躍。

■グリル調理は…
・調理物の厚み・高さは5cm以下、容器の高さは5.5cm以下にする
（シリコンなどの樹脂製容器は、熱で変形するため使わない）
・串の焦げが気になるときは、串にアルミ箔を巻く
・じゃがいも・お菓子など、くっつきやすいものを焼くときは、グリル皿にクッキングシートを敷く
（クッキングシートの箱に記載の耐熱温度に従う）

■「自動」メニューは…
・下準備をきっちりとする
・冷凍物は、完全に解凍してから焼く
・調理中は、扉を開けない

■「手動」メニューは…
・反りやすいものは下準備する
（あなごには串を刺す／いかには切れ目を入れる）

お願い
●焼け具合や時間は、調理物の種類・大きさ・数・鮮度や季節などにより異なります。
・自動：右の表を参考に、弱・中・強を調節してください。
・手動：焼け具合を見ながら、焼いてください。
●焼き時間の目安など、詳しくは（もっと IH! おうちメニューが増える本 P.46）

自動

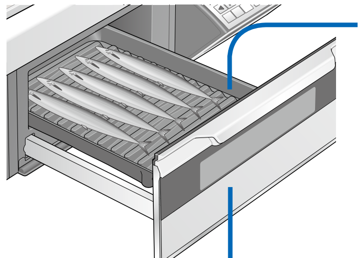
メニュー	下準備	火力調節の目安		
		弱	中	強
「生・姿焼き」 生魚の姿焼き	●水分の多い魚（あじなど）を塩焼きにするときは、両面に塩を振って約 20 分おき、水洗いして水気をふき、振り塩をする。 ●さんまや川魚は、焼く直前に振り塩をする。 ●切れ目を入れる。（皮の乾燥による裂け・反りの防止） ●尾ヒレに化粧塩をする。（焦げすぎ・型くずれ防止） ●特に水分の多い魚（甘だい・めばる・かさごなど）のときは、グリル皿にシリコン加工した（または油を塗った）アルミ箔を敷く。（裏面に魚のたんぱく質が固まって付着するのを防止）	●小さめ、脂ののっているもの ・小あじ ・いわし ・はたはた ・あゆ	・さんま（生さんま・塩さんま・はらわたを取ったもの・切り身） ・あじ ・真だい ・いさき	●大きめ、水分の多いもの ・たい（400g以上） ・あじ（250g以上） ・ひらあじ ・甘だい
「切身/干物」	●切り身は、皮に切れ目を入れる。	●干物（ししゃもなど） ・ししゃも	●切り身（一塩もの・生） ・さけ ・さば ・たちうお	●干物（開きなど） ・あじ・さんまの開き ・ほっけ ・かれい一夜干し
「つけ焼き」 つけ焼きやみそづけなど	●つけ焼きは、たれをふく。（焦げ防止） ●みそづけは、みそを洗い流してふく。	●小さめ、つけ時間の長いもの ・ぶりのつけ焼き（小さめ）	・ぶりのつけ焼き ・さわら・たいのみそづけ ・しょうゆづけ	
「とり肉」 鶏もも肉	●厚さ2cm程度に開く。 ●皮付きは、皮に穴を開ける。 ●骨付きは、骨が見えるように開く。（生焼け防止）	●つけ焼き	●塩焼き	●塩焼き（骨付き）
「グラタン」 （1回に1～2皿まで）			・手作りグラタン	
「焼きなす」	●表面に穴を開ける。（破裂防止）		・なす（直径5cm）	

手動

メニュー	火力調節の目安		
	弱	中	強
・焦げやすいもの みりん干しなど ・焼きにくいもの 丸干しなど ・反りやすいもの あなご・いかなど ・その他 鶏の手羽先・手羽元、さざえなどの貝	●各種みりん干し ・いわし（8尾）◷6～8分 ・小あじ（4尾）◷9～11分 ・さんま（2尾）◷10～12分 ・さば（半身・2枚）◷11～13分 ・ほっけ（1/4身・2枚）◷15～17分 ●食パン（6枚切り・1～2枚）◷8～9分	・鶏の手羽先（6本）◷18～20分	・うるめいわし（8～10尾）◷8～10分 ・焼き鳥（500g・8本）◷表 13分／裏7分 ・さざえのつぼ焼き（6個）◷11～13分 ・うなぎ温め（1尾）◷5～6分 ・いかの姿焼き（2杯）◷8～12分 ・切りもち（4個）◷9～10分 ・帆立貝（4個）◷9～12分 ・いかの一夜干し（1枚）◷8～11分

グリルで焼く 操作のしかた

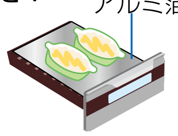
準備



1 グリル皿を準備する

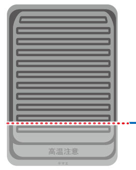
（こびりつき防止）

●こんなものには、グリル皿にアルミ箔を！
・底がザラザラしたグラタン皿
（グリル皿のフッ素はがれ防止）
・底がツルツルしたバットなど
（容器ずれによる焼きムラ防止）
・ミートローフなど、たれ付きのもの（焦げ防止）



2 グリル皿に調理物を載せる

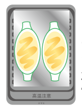
●載せ方



・干物は、皮面を下にする。
・皮付きの鶏もも肉は、皮面を上にする。
手前は、メニューにより焼き色が薄くなることがあります。

切り身・ホイル焼きなどは、少し間をあけて斜め置きに。

骨付きもも肉・なすなどは、厚い部分を中央に。



グラタンなどは、縦置きに。

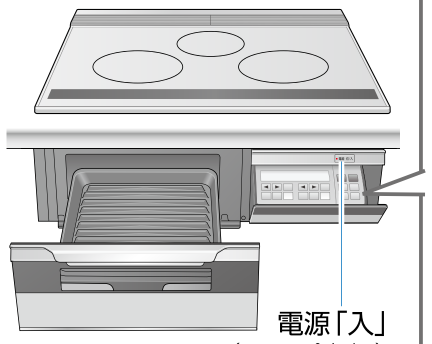
鶏もも肉などは、横置きに。

食パンは横に並べる。

●庫内に食材・容器などを直接入れない。
●グリル皿に水は必要ありません。

3 扉をゆっくり閉める
（調理物が動かないように）

自動で焼く



1 メニューを選ぶ

メニュー お手入れ（押すごとに）

生・姿焼き → 切身/干物 → つけ焼き → とり肉 → グラタン → 焼きなす → 温度設定（P.27） → お手入れ（P.38）（消える）

2 火力を合わせる

◀ ▶

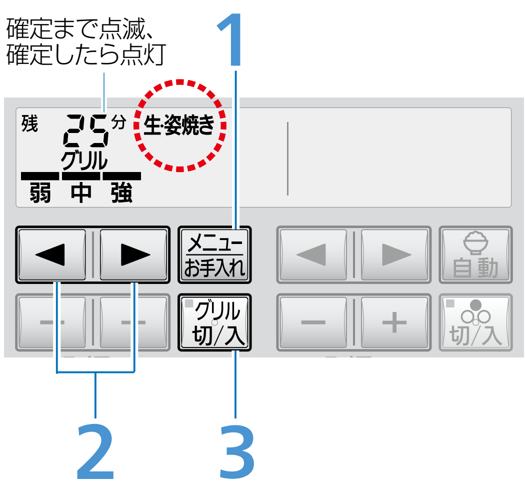
3 スタートする

グリル 切/入

ピピピ…

調理が終わったら…
自動的に切れる
●焼き足りないときは、手動で焼く。

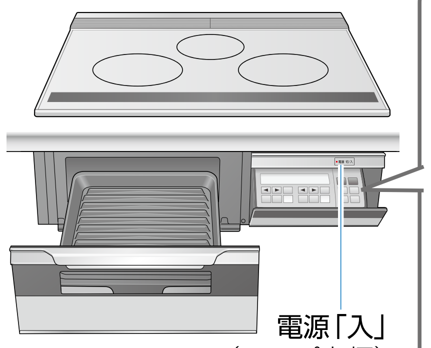
確定まで点滅、確定したら点灯



•火力調節の目安（P.24／もっとIH!おうちメニューが増える本 P.46）

こんなときは…
●メニューを間違えてスタートしたとき
→30秒以内なら、いったん切ってやり直す。
→30秒以上たっていたら、手動で焼く。

手動で焼く



1 スタートする

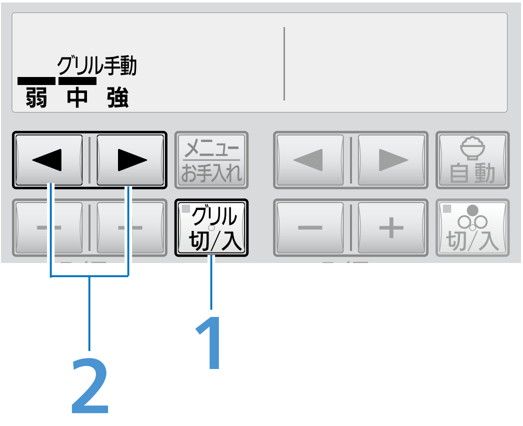
グリル 切/入

2 火力を合わせる

◀ ▶

3 調理が終わったら…
切る

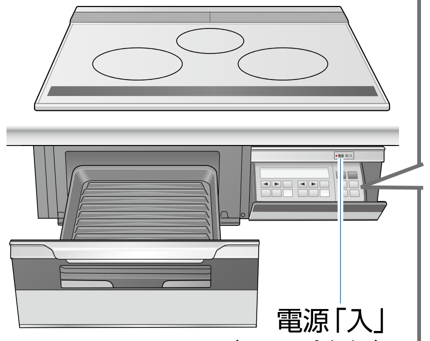
グリル 切/入



•火力調節の目安（P.24／もっとIH!おうちメニューが増える本 P.46）
■タイマー／カウントタイマーを使うとき（P.19）

こんなときは…
●連続して焼くとき
→いったん切る。
（約30分連続して加熱すると、「切り忘れ自動OFF」が働きます）

温度設定で焼く



1 「温度設定」を選ぶ

メニュー お手入れ（7回押す）

2 温度を合わせる

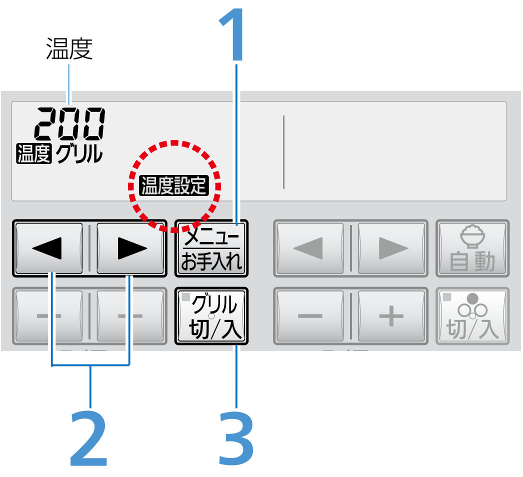
◀ ▶

3 スタートする

グリル 切/入

4 調理が終わったら…
切る

グリル 切/入



•温度の範囲：140～280℃
•温度調節の目安（もっとIH!おうちメニューが増える本 P.47）
■タイマー／カウントタイマーを使うとき（P.19）

お願い

●もちなど膨れるものは、焼けたらすぐ取り出してください。
（庫内にくっついて固まり、扉が開かなくなる原因）
●脂分の多いものを焼くときは、ご注意ください。
（飛び散った脂がヒーターに当たり、瞬間的に炎が出ることがあります）
•加熱中は、扉を開けない。（空気が入り、炎が大きくなります）
•連続調理時は、グリル皿にたまった脂をキッチンペーパーなどで吸い取る。
•調理後30秒程度してから、扉を開ける。（煙が多く出るため）

お知らせ

●使い始めは、煙やにおいが出ることがあります。
●調理中は、庫内が明るくなったり暗くなったりします。
（ヒーターへの通電を調節しているため）
●中央のヒーターは明るくなりますが、左右のヒーターは明るくならずに加熱します。
●調理後も内部の温度が高いときは、約10分間冷却ファンの回る音がします。

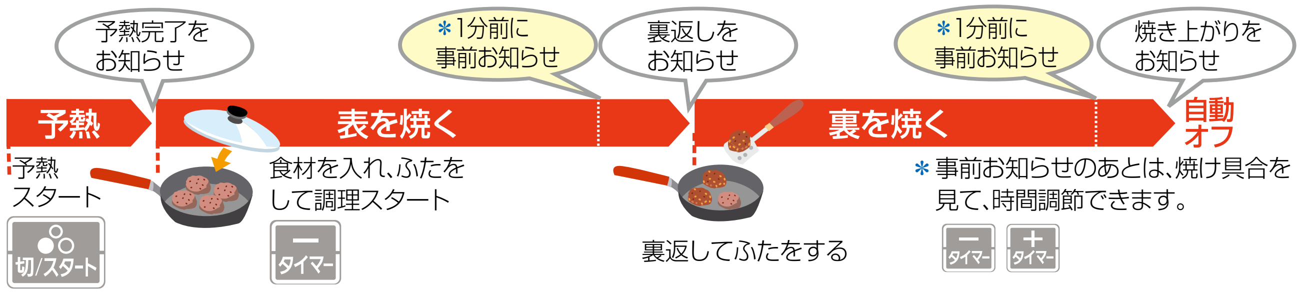
かんたん焼き物調理で焼く

火加減の難しい
定番の焼き物メニューが、簡単・便利に！
●メニューに合わせて温度と焼き時間を設定。
食材を入れる・裏返す・焼き上がりなどのタイミングも、音声でお知らせ。

作れるもの	メニュー番号（操作時に選ぶ）	作れる数	フライパンの大きさ指定	備考
★ホットケーキ	A-1	1枚	なし	1枚ずつ焼く。
★ハンバーグ	A-2	1～4個	大（口径：26～27cm）	8×10cm、厚み2cmの小判型にする。
冷凍ぎょうざ（市販）	A-3	10～12個	なし	•水あり/水なしは、袋の表示に従う。水ありでは、水量：約100mlで、お湯は使わない。ぎょうざと水は、同じタイミングで入れる。•袋に「予熱後、いったん火を止める」と記載されていても、「かんたん焼き物調理」では止める必要はありません。•水ありの大きめ（1個：約20gを超える）のものは、うまく焼けません。→「焼き物メニュー」の200℃で焼いてください。
★お好み焼き	A-4	1枚	中～大（口径：24～27cm）	——
★ポークソテー	A-5	1～2枚	大（口径：26～27cm）	1枚約120g・厚み約1cmにする。

次の内容を守らないと、焼き足りなかったり、焼きすぎる場合があります。→裏返し・焼き上がりの時間を調節してください。
●フライパンは、指定の大きさのあっせん品を使う。（あっせん以外の CH·IH IH マークのフライパンは焼け具合が変わるものがあります）
●★印は、必ずレシピ（もっとIH!おうちメニューが増える本）に記載の材料・分量で作る。●調理物は、できるだけフライパンの中央寄りに載せる。
※あっせんフライパンは、お買い求め先にお問い合わせください。

■調理の工程（ハンバーグの例）
メニューによって工程や音声は異なります。音声に従って調理してください。



＊事前お知らせのあとは、焼け具合を見て、時間調節できます。

タッチアクセス機能を使えば
スマートフォン専用アプリで、さらに便利に！

スマートフォンを本機にタッチして、焼き物/グリルメニューの温度・火力・時間を簡単に設定できます。
●「かんたん焼き物調理」よりも、さらに簡単に。
●レシピ検索や、お気に入りレシピの登録なども。
※サービスの内容は、予告なく変更になることがあります。（最新の情報は：http://panasonic.jp/pss/ap/）

お知らせ
●FeliCaは、ソニー株式会社が開発した非接触ICカードの技術方式です。
●FeliCaは、ソニー株式会社の登録商標です。
● は、フェリカネットワークス株式会社の登録商標です。

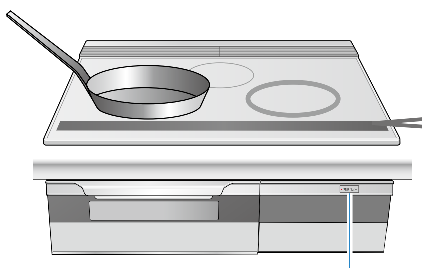
タッチアクセスを利用するには
準備（初めて使うとき）
①スマートフォンの対応機種を確認する
→http://panasonic.jp/pss/ap/
②専用アプリ「パナソニック スマートアプリ」をダウンロードする
●専用アプリは無料です。（ダウンロードには別途通信料が発生します）
③パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で新規会員登録をする
●アプリを起動し、画面に従って登録してください。（「CLUB Panasonic」について：http://club.panasonic.jp/）
④アプリにログイン後、「新規登録」を押し、家電登録をする

スマートフォンを使った タッチアクセス機能ご相談窓口　365日 受付9時～20時
電話 フリーダイヤル 0120-878-832（パナは ハチサンニ）
※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

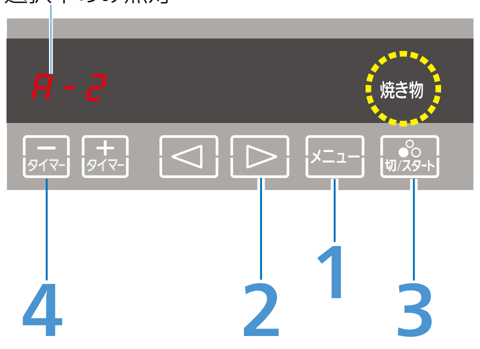
使い方
①本機の電源スイッチが入っていることを確認する
②スマートフォンに右の画面を表示させる
③スマートフォンの （FeliCaプラットフォームマーク）を本機の にかざす
●NFC対応のスマートフォンには、 マークのないものもあります。（その場合は、各端末メーカーにお問い合わせください）
●本機から1cm以内のところで、かざしてください。
●すぐに反応しないときは、位置を少しずらしてください。
●スマートフォンを本機に強く当てないでください。（スマートフォンや本機が傷付く原因）
●グリル調理中は、扉が熱いのでご注意ください。

焼く

■左右 IH ヒーターで



1 「焼き物」を選ぶ
メニュー（4回押す）



2 「メニュー番号」を選ぶ
▷（押すごとに）
→ A-1 ホットケーキ
A-2 ハンバーグ
A-3 冷凍ぎょうざ
A-4 お好み焼き
A-5 ポークソテー
（消える）
● ◁ を押すと、逆順に選べる。

3 予熱をスタートする
切/スタート
予熱中は点滅、予熱が終わったら消える
予熱 180

4 予熱完了の音声が流れたら…
食材を入れて調理をスタートする
タイマー
裏返しまでの目安時間
0:05

裏返し1分前の音声が流れたら…
焼け具合を見て時間を調節する
タイマー　タイマー

5 裏返しの音声が流れたら…
裏返す
焼き上がりまでの目安時間
0:05

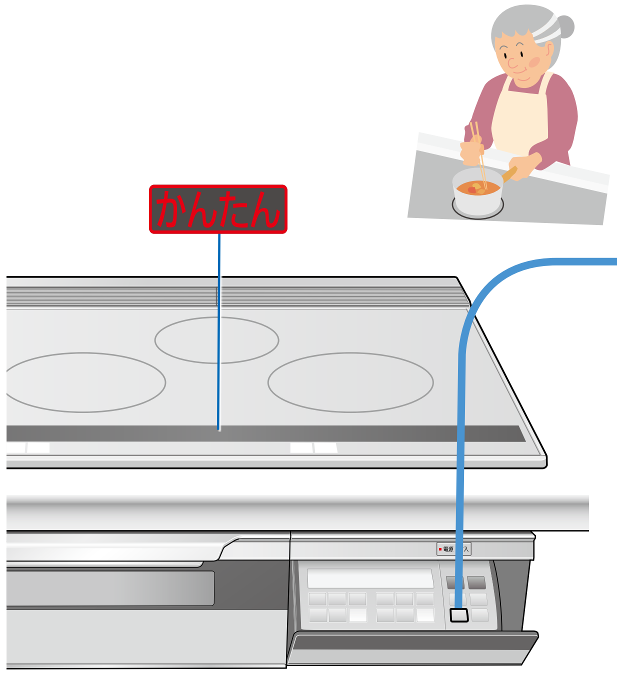
焼き上がり1分前の音声が流れたら…
焼け具合を見て時間を調節する
タイマー　タイマー

調理終了の音声が流れたら…
自動的に切れる

便利な機能 かんたん操作／電気料金累計表示

●電源スイッチを入れて、各設定を行ってください。

かんたん操作／かんたんプラス操作<T7/T5/T3タイプ>



左右IHヒーターで操作できるメニューを減らし、
操作を簡単にできます。

操作を簡単にしたい

[かんたん] **押す**（約３秒）
●３秒間押すたびに、設定が変わる。

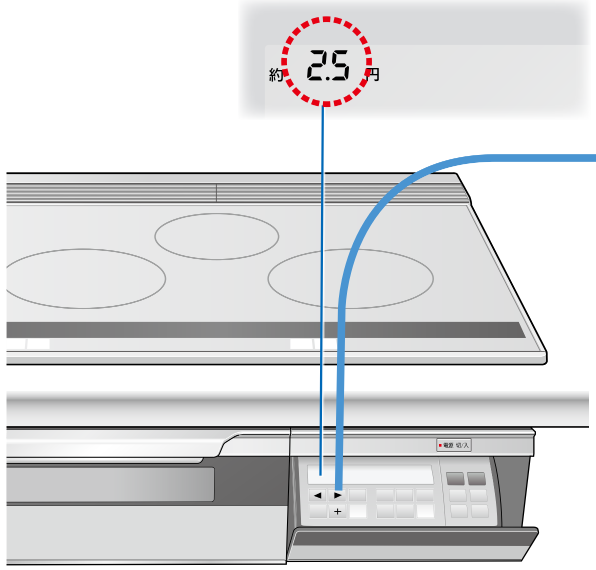
かんたん → **かんたん操作**
「加熱」・「揚げ物」メニューが使える

かんたん ＋ → **かんたんプラス操作**
さらに「焼き物」メニューと
タイマーが使える

（消える） → **解除**

※左右IHヒーター使用中・メニュー選択中は、
設定できません。

電気料金累計表示



今から今日の夜まで、今から○月○日までなど
お好みの期間の累計を確認できます。

電気料金の累計を確認したい

■累計を始めるとき

[▶] [＋] **同時に押す**（約３秒）
●今までの累計が
リセットされ、
新たに累計が始まる。

約 0.0 円
（約３秒表示される）

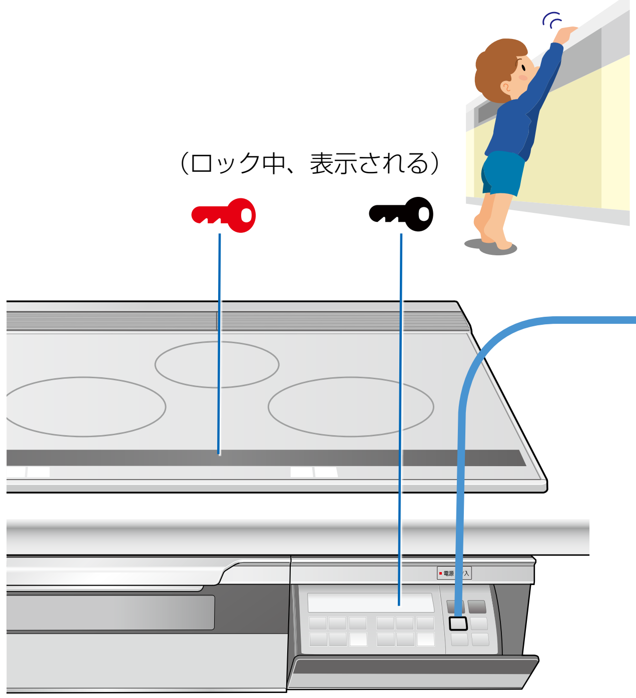
■累計を確認するとき

[◀] [＋] **同時に押す**

•850円のとき
約 850 円
•2,500円のとき
約 2.5 千円
（約３秒表示される）

オールロック／ラジエントロック

オールロック／ラジエントロック



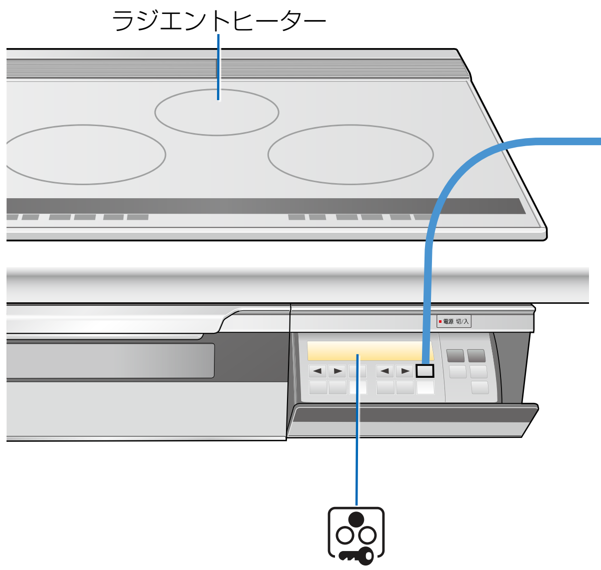
ボタンを押しても受け付けないようにします。

いたずらや誤操作を防ぎたい

■すべての操作をロックするとき

[3秒押し] **押す**（約３秒）
●解除するとき：再度３秒押す。

※使用中・メニュー選択中は、ロックできません。



（ロック中、表示される）

■ラジエントヒーター操作だけロックするとき
＜T1タイプ＞

[3秒押し] **押す**（約３秒）
●解除するとき：再度３秒押す。

※ラジエントヒーター使用中は、ロックできません。

使い方

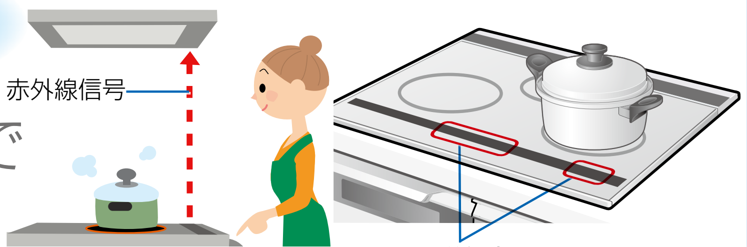
便利な機能

換気連動システムについて

換気連動システム対応のレンジフードなら…

加熱を始めると、自動で換気が始まります

（加熱を止めると、換気も停止）



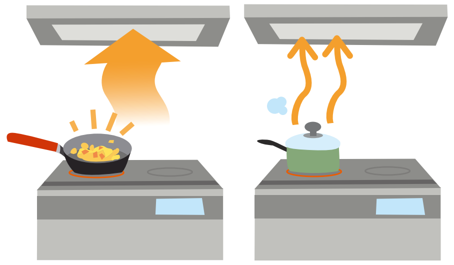
お願い

●送受信を妨げないため、次のことを守ってください。
•手や頭で信号をさえぎらない。 •送信部に鍋などを置いたり、フライパンの取っ手を向けない。
•送信部に油汚れが付いたままにしない。 •テレビ･照明器具などのリモコンを使いながら操作しない。

●その他の理由でうまく送受信できない場合は、レンジフード側で操作してください。（レンジフードの取扱説明書へ）

エコナビ搭載のレンジフードなら、さらに…

メニューや火力、調理物の温度に合わせて、
換気の風量も自動で変わります



お知らせ

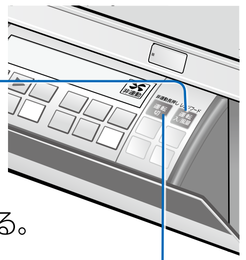
●火力･調理状態を、レンジフードの調理センサーが検知して風量を切り換えるシステムのため、次のような場合風量は変わりません。
•煙の量･においの強さが変わったとき •レンジフード側で風量を変えたとき
•レンジフード側で「おまかせ自動運転」を解除しているとき

●火力を変更しても、風量はすぐには変わりません。

IH操作部で風量を切り換える･運転を停止するとき

■風量を切り換えるとき

1 レンジフード [運転 入/風量] 押す
●押すごとに風量が切り換わる。
●レンジフード停止中に押すと運転が始まる。



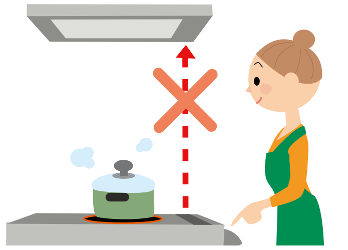
■運転を停止するとき

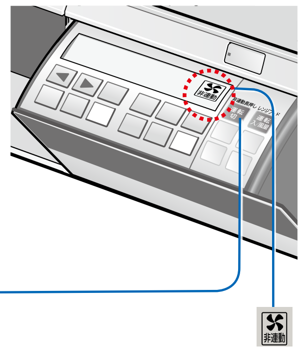
1 [運転 切] 押す

お知らせ

●お使いのレンジフードにより、風量の種類は異なります。

レンジフードを自動で運転をさせたくないとき





1 非連動長押し [運転 切] 押す（約3秒）

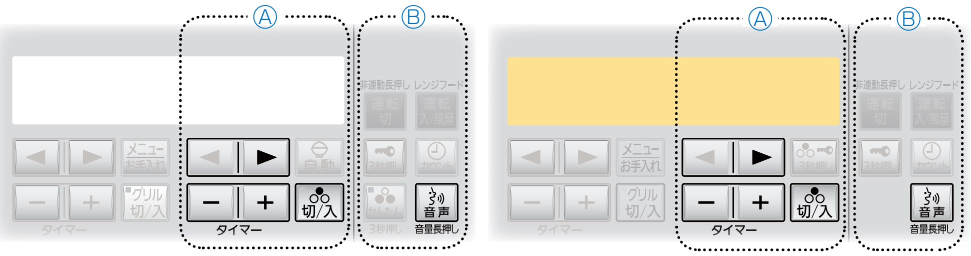
●元に戻すときは、再度3秒押す。（[非連動] が消える）

●自動運転しないとき、表示される。（オールロックすると表示は消えますが、設定はそのままです）

設定を変更する 音声ガイド/電気料金

●電源スイッチを入れて、各設定を行ってください。（電源スイッチを切っても、設定は記憶されます）

本体操作部



音声ガイド

音量を変えたい
説明を詳しくしたい
音声を消したい

本体操作部Ⓑ

1 [音声] 押す（1秒以上） （現在の設定が表示される）

2 [音声] 押して設定を選ぶ

大 → 大（詳しく） → 音声なし → 小 → 中

大（詳しく）：設定した火力やタイマー時間など

※「かんたん焼き物調理」や「タッチアクセス機能」の使用中は、音声を消せません。

住んでいる地域の電気料金単価で料金を確認したい

本体操作部Ⓐ

●電気料金の単価は、地域により異なります。（出荷時：22円/kWh）
単価は、電力会社発行の「電気ご使用量のお知らせ」などで確認できます。

1 [▶] [＋] 同時に押す（約3秒） [22]（現在の設定が表示される）

2 [－] か [＋] で単価を変更する [24] •調整範囲：1円～99円
•押し続けると、早送りできる。（5円刻み）

3 [▶] [＋] 同時に押す

※いずれかのヒーター使用中は、変更できません。

電源「入」／「切」のたびに出る電気料金表示をやめたい

本体操作部Ⓐ

1 [▶] [＋] 同時に押す（約3秒） [22]（現在の設定が表示される）

2 [切/入] 押す [- -]

3 [▶] [＋] 同時に押す

■表示させるとき
① [▶] [＋] 同時に押す（約3秒）
② [－] か [＋] 押す（単価が表示される）
③ [▶] [＋] 同時に押す

※いずれかのヒーター使用中は、変更できません。

使い方

換気連動システムについて/設定を変更する

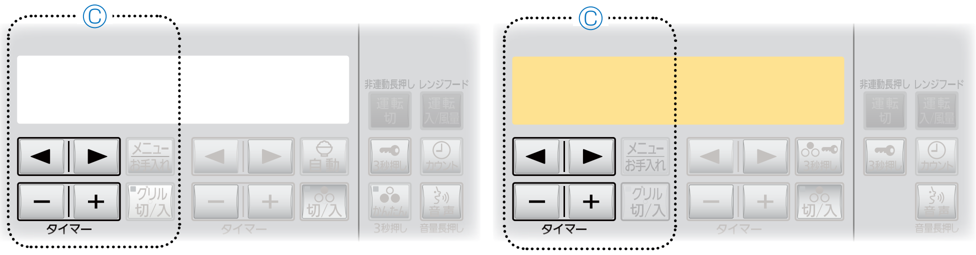
設定を変更する 自動OFF時間／光るリング

ご家庭の使い方に合わせて設定が変更できます。

● 電源スイッチを入れて、各設定を行ってください。
（電源スイッチを切っても、設定は記憶されます）

本体操作部

<T7/T5/T3 タイプ> <T1タイプ>



電源スイッチ 自動OFF時間を遅くしたい 早くしたい 本体操作部Ⓒ

1 [－][＋] 同時に押す（約3秒） 15 （電源 切/入 が点滅し、現在の設定が表示される）

2 [－] か [＋] で時間を選ぶ 30 ・調整範囲：5分・10分・15分・30分

3 [－][＋] 同時に押す

※いずれかのヒーター使用中は、変更できません。

〈T7/T5/T3 タイプ〉電源「切」後の光るリング点滅を消したい 本体操作部Ⓒ

トッププレートの高温をお知らせする、光るリングの点滅は、消せます。

1 [－][◀] 同時に押す（約3秒） 0 （現在の設定が表示される）
・点滅するとき：「0」
・点滅しないとき：「1」

2 [◀][▶] で「1」を選ぶ 1

3 [－][◀] 同時に押す

■点滅させるとき

上記の手順1～3で、1→0にする。

※いずれかのヒーター使用中は、変更できません。
※点滅を消したときは、天面操作部の「高温注意表示」で、トッププレートの状態を確認してご使用ください。

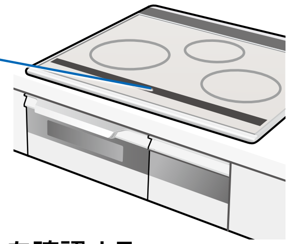
こげつきお知らせ／揚げ物温度

天面操作部

煮る料理をしないときは こげつきお知らせを解除したい 天面操作部

1 「加熱」メニューを選び（P.17）

こげつき表示



2 [メニュー][切/スタート] 同時に押す（約3秒）（こげつき が消える）

3 「加熱」メニューを選び、こげつき が表示されないことを確認する（約1分たつと、元の表示に戻る）

■再設定するとき

手順1～3の操作で こげつき を表示させる。

※左右IHどちらの操作部で操作しても、左右IH両方の「こげつきお知らせ」が解除／設定されます。
※左右IHヒーターの一方でも使っていると、解除／設定はできません。

いつも使う鍋に合わせて 揚げ物の温度を補正したい 天面操作部

実際の油温と本機の表示がずれる場合、鍋に応じて温度を補正（調整）できます。

「揚げ物」メニューの「予熱」表示が消えてから…（P.21）
（予熱前や予熱中は、調整できません）

180（180℃のとき）

1 [◁][▷] 同時に押す（約5秒） 調整 0

2 [◁] か [▷] で温度を調整する 調整 -10 ・調整範囲：－15℃・－10℃・－5℃・+5℃・+10℃・+15℃

3 [◁][▷] 同時に押す 調整 180

■取り消すとき

「予熱」表示が消えてから、手順1～2で 調整 0 に戻し、手順3で「調整」が表示されないことを確認する。

■調整した温度を確認するとき

「予熱」表示が消えてから、手順1で確認する。（約1分たつと、元の表示に戻る）

※調整後に別の鍋を使うときは、調整した温度を確かめてから調理してください。

使い方

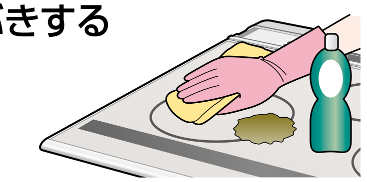
設定を変更する

お手入れする 日常のお手入れ

⚠警告 🚫禁止
■使用後しばらくは、高温部に触れない
（やけどの原因）
→電源スイッチを切り、各部が冷めてからお手入れしてください。

汚れたらすぐ！
調理物や油は、焼き付くと取りにくくなります。

トッププレート
しっかり水ぶきする

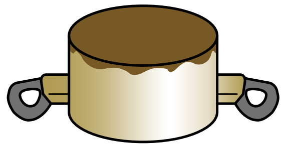


■油汚れは…
洗剤を付けたふきんでふく。

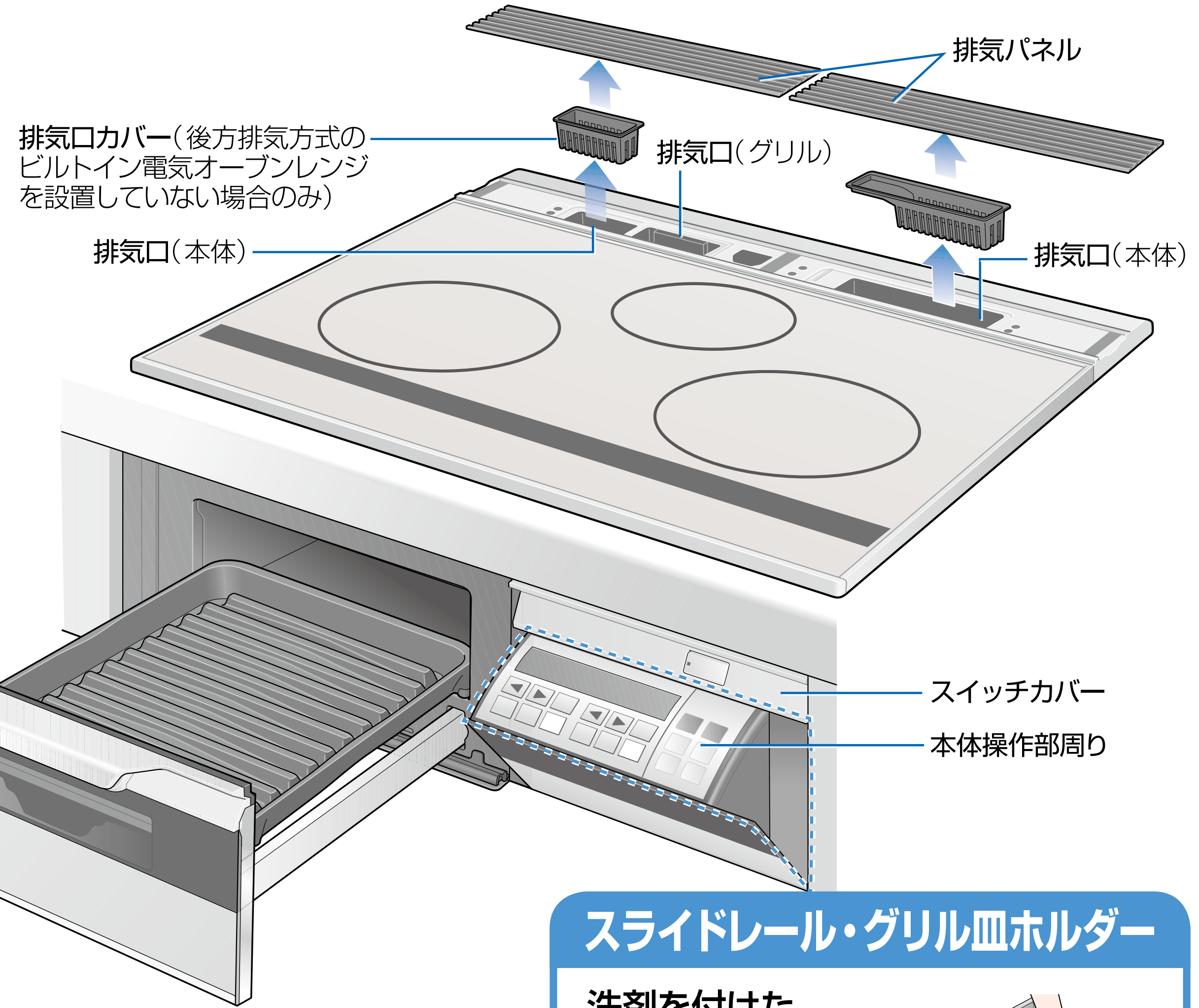
■汚れが取りにくいときは…
クリームタイプのクレンザー（ジフなど）を付け、丸めたラップやアルミ箔でこすり取る。

●お手入れ用クリーナーを別売しています。（裏表紙）
・こびりついた焦げ付きに。
・日常の油汚れや、取りにくい汚れに。

鍋底の汚れも忘れずに落として！

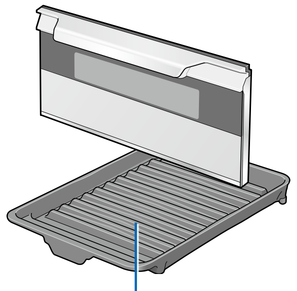


（汚れが鍋とトッププレートに焼き付いてくっつき、無理にはがすとトッププレート破損の原因になります。）



使うたびに！

グリル扉・グリル皿
洗剤で洗う



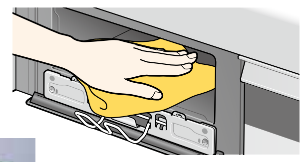
●調理物を入れたままにしたり、水や洗剤につけたまま長時間放置しない。（フッ素樹脂が傷みます）

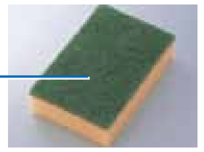
※外し方・取り付け方（P.39）

グリル庫内（側面・底面）
調理終了後は、特に底面が熱いため、ご注意ください。
（電源スイッチを切っても、しばらく温度が下がりません）

洗剤を付けた、ふきんやスポンジでふく

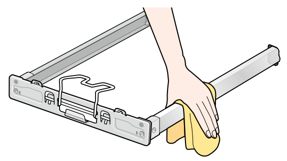
■汚れが取りにくいときは…
スポンジのナイロン面でこすり取る。
（奥のセンサーや天面のヒーターに当たらないようにする）





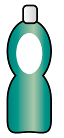
■グリル庫内の天井は…
加熱により油汚れを焼ききる、セルフクリーニング加工を採用しています。
→効果を保つため、油汚れが目立ってきたら、「お手入れ」機能で手入れする。（P.38）

スライドレール・グリル皿ホルダー
洗剤を付けた、ふきんやスポンジでふく



●汚れたまま放置しない。（さびの原因になります）
●変形させない。（扉が閉まらなくなります）

○ **洗剤を使うときは…**
●台所用洗剤（中性）を薄めて使う！



✕ **次のものは使わないで！**

●酸性やアルカリ性の強い洗剤（変色します）
例）漂白剤・住宅用合成洗剤など
●たわし・粉まつタイプのクレンザー（傷付きます）

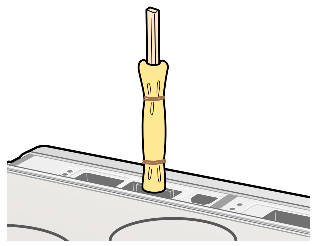
グリル皿には使わない
●スポンジのナイロン面、ナイロン製ネット入りのスポンジ
●漂白剤など中性洗剤以外
・洗剤の注意書きを確認する！
（フッ素樹脂が傷みます）

グリル扉には使わない
●食器洗い乾燥機（パッキン・樹脂部が変形します）

吸気口カバーには使わない
●スポンジのナイロン面、ナイロン製ネット入りのスポンジ
（塗装がはがれます）

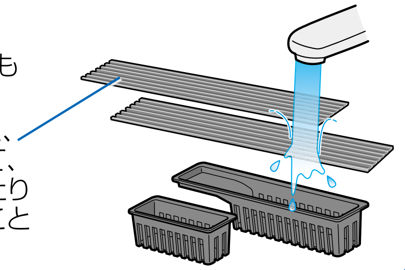
こまめに…
ほこりや汚れを取り除いてください。

排気口（グリル）
洗剤を付けたふきんでふく



●割りばしに布などを巻き付け、強く縛る。（落とさないようにする）

排気パネル・排気口カバー
洗剤で洗う
（食器洗い乾燥機も使えます）

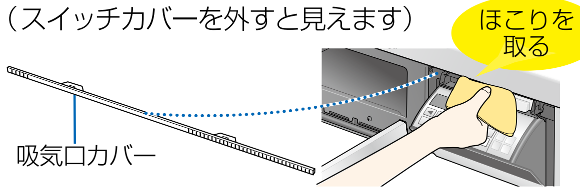


●目詰まりすると、異常を検知して、火力が下がったり加熱が止まることがあります。

本体操作部周り・スイッチカバー
ふきんをよく絞り、水ぶきする

●スイッチカバーは、水洗いしない。

吸気口カバー
（スイッチカバーを外すと見えます）



ふきんをよく絞り、水ぶきする
●ほこりなどがたまると、異常を検知して、火力が下がったり加熱が止まることがあります。

■汚れが取りにくいときは…
外して水洗いする。

※外し方・取り付け方（P.39）

⚠警告 禁止

■使用後しばらくは、高温部に触れない
（やけどの原因）
→電源スイッチを切り、各部が冷めてからお手入れしてください。

「お手入れ」機能

グリル庫内天井の油汚れが目立ってきたら…

「お手入れ」機能でお手入れする

- 天井には、加熱により油汚れを焼ききるセルフクリーニング加工をしています。
- 油の多い調理5～6回で1回程度が目安です。

1 グリル皿を外す
（外さないと安全機能が働き、ヒーターが切れます）

2 庫内の側面・底面が汚れていたら、
台所用洗剤（中性）を付けた布でふく

3 扉を閉める

4 「お手入れ」を選ぶ
メニュー お手入れ （8回押す）

5 スタートする
グリル 切/入 押す

約20分
（庫内温度が高いと、長く
なります）

ピピピ…
終了すると…
自動的に切れる
- 終了時は、庫内が高温になっています。

パッキンの交換

扉のすき間から煙が漏れ出したり、柔軟性がなくなるなど、

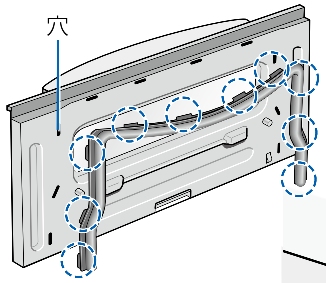
グリル扉のパッキンが傷んできたら…

パッキンを交換する

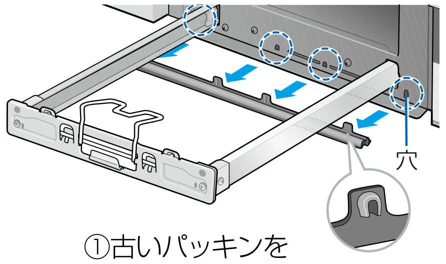
- パッキンの付け忘れ、外れや浮きにご注意ください。
（取っ手が高温になったり、扉から煙が出たり、自動調理がうまくできません）

■ドアパッキン（裏表紙）
（グリル扉用）

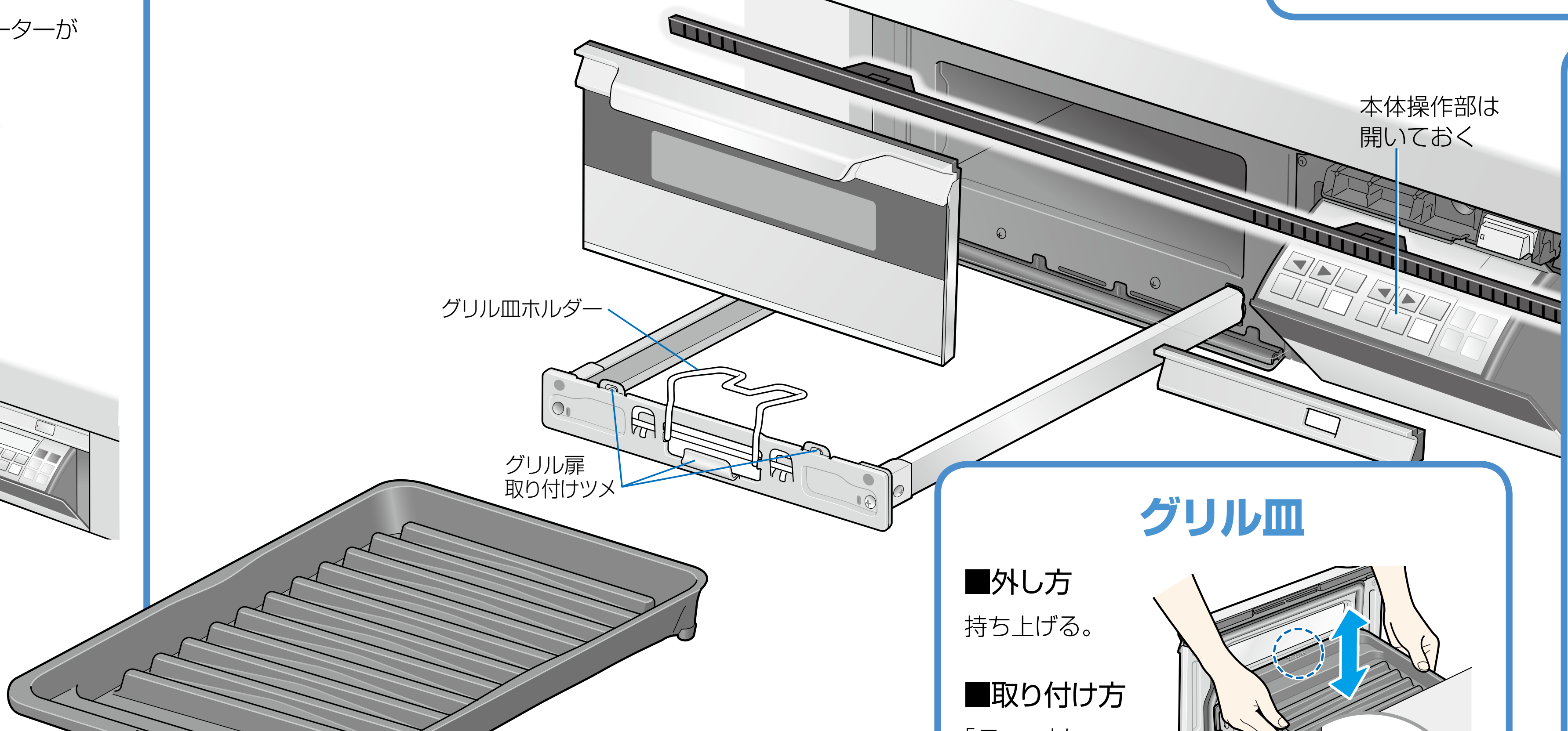
①古いパッキンを引っ張って外す（10か所）
②新しいパッキンの凸部を、扉裏の穴にしっかり押し込む



■ドアパッキン下（裏表紙）
（グリル庫内入り口用）



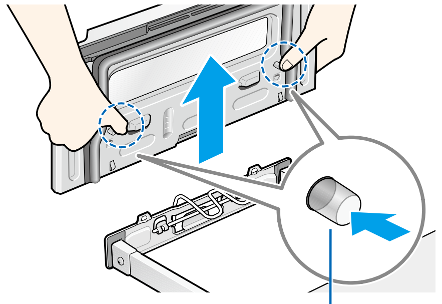
①古いパッキンを引っ張って外す
②新しいパッキンの凸部（左右2か所）を、穴にしっかり押し込む
③残りの凸部（2か所）をしっかり押し込む



テマエ表示

グリル扉

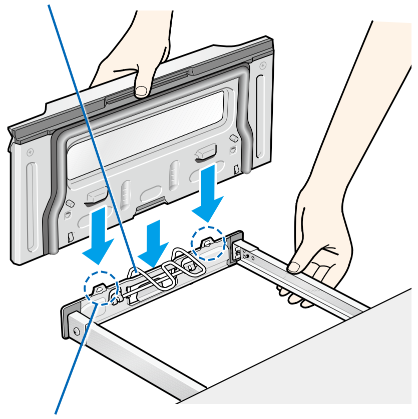
■外し方



- 押しながら、抜く。

■取り付け方

①グリル皿ホルダーを起こす



②グリル扉取り付けツメを3か所同時に差し込む

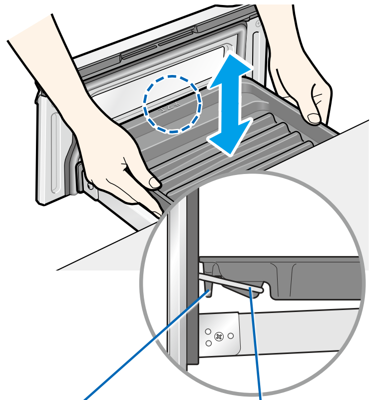
グリル皿

■外し方

持ち上げる。

■取り付け方

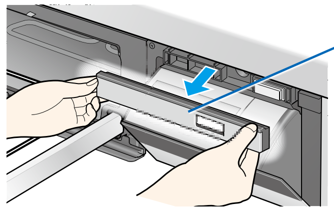
「テマエ」をグリル扉側にしてスライドレールに載せる。



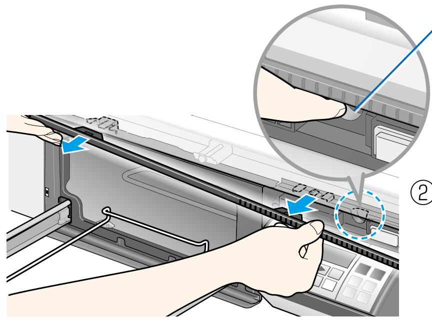
- グリル皿のツバ部をグリル皿ホルダーに落とし込む。

吸気口カバー

■外し方

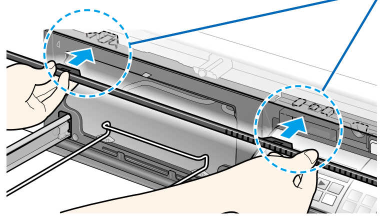


①スイッチカバーを外す



くぼみに指をかけて
②吸気口カバーを引き抜く

■取り付け方



①吸気口カバーの凸部（2か所）を奥まで差し込む
②スイッチカバーをしっかりはめる

故障かな?

●お問い合わせや、修理を依頼される前にご確認ください。

	こんなときは	ここを確かめてください
電源	IHクッキングヒーターが **使えない**	●電源スイッチは入っていますか? ●電源スイッチは、誤って押しても簡単に入らないようになっています。 ➡少し長めに押す。 ●オールロックしていませんか?(オールロック時は、天面操作部のボタン表示も消えています〈T7/T5/T3タイプ〉)(P. 31) ●カウントタイマー使用中は、後ろIHやラジエントヒーターが使えません。
		「電源スイッチ自動OFF」が働きました ●電源「入」のまま、ボタン操作しないで約15分以上たつと、自動的に切れます。 ➡再度、電源スイッチを入れる。 ➡自動OFFの時間は、最大約30分に変更できます。(P.34)
	使用中に **ヒーターが切れていた**	**「切り忘れ自動OFF」が働きました** ●一定時間ボタン操作しないと、ブザーが鳴ってヒーターが切れます。(IHヒーターやラジエントヒーター:約45分、グリル:約30分) ➡再度、ボタン操作する。 •長時間の調理をするときは、タイマーを使う。
		●「ふきこぼれお知らせ」や「こげつきお知らせ」が働いていませんか? ➡鍋の状態を確認し、お知らせ表示を消す。(P.15、18)
	<T1タイプ> ラジエントヒーターが **ついたり消えたりする**	●自動的に温度調節しています。(故障ではありません)
	ブレーカーが落ちる	●ご家庭の総電気容量が不足していると、他の電気製品と同時使用した場合にブレーカーが落ちることがあります。(P.46) ➡お買い上げの販売店にご相談ください。
操作・表示	**天面操作できない**	●指サック・傷テープをして操作していませんか? ●鍋の取っ手を持ったまま、操作していませんか? ●天面操作部に何か付いていませんか? ➡電源スイッチを切り、付いているものを取り除き、再度、電源スイッチを入れる。 •揚げ物・自動調理(湯沸かし・炊飯・グリル)中は、調理終了後に行う。
	天面操作部のボタンの **周囲を触っても作動する**	●水などが、ボタンの周囲に付いていませんか?
	<T7/T5/T3タイプ> 左右IHヒーターで **●加熱・焼き物・ が選べない** **●タイマーが使えない**	●「かんたん操作」に設定していると、加熱・揚げ物 だけ操作できます。 ●「かんたんプラス操作」に設定していると、加熱・揚げ物・焼き物 が操作できます。(加熱・焼き物 には「タイマー」が使えます) ➡「かんたん/かんたんプラス操作」を解除する。(P.30) ※右IHには、 メニューはありません。
	<T7/T5/T3タイプ> 切/入を押しても **自動炊飯を中止できない**	●誤って押しても簡単に止まらないようになっています。 ➡少し長めに押す。
	メニュー表示が消える	●左右IHでメニューを選んだまま、約1分以上たっていませんか?
	自動炊飯<T7/T5/T3タイプ>・ グリルの残時間表示が **途中で増える、減る**	●残時間は、スタート時には目安時間が表示されます。調理物の種類や量などを判定後、適切な調理時間に切り換わります。

	こんなときは	ここを確かめてください
操作・表示	<T7/T5/T3タイプ> 電源スイッチを切ると、 トッププレート高温時の **光るリングの点滅が暗くなる**	●消費電力を抑えるため、電源スイッチを切ったあとは少し暗くなります。(故障ではありません) ➡点滅が気になるときは、消せます。(P.34)
	エコナビランプがつかない	●エコナビ運転は、「揚げ物」「焼き物」メニューで働きます。
音・音声	**加熱中に 鍋から音がする**	●鍋の種類によって、「キーン」「ジー」「ブーン」など共振する音がして、取っ手にわずかな振動を感じたり、動いたりすることがあります。(異常ではありません) ➡鍋の位置を少しずらすか、置き直すと止まることがあります。
		●加熱中に鍋を外すと、「ピン」という短い金属音がすることがあります。
	<T5タイプ> **左右のIHで 鍋の音の大きさが違う**	●シングルオールメタルでは、同じ鍋を加熱していても、左右のIHで音の大きさが違う場合があります。(故障ではありません)
	<T7/T5タイプ> 加熱すると本体から **「カチッ」と音がする**	●鉄の鍋・フライパンを使うと、材質を検知して加熱方法を切り換える音がします。(故障ではありません)
	本体内部の音が **大きくなったり 小さくなったりする**	●本体内部にある冷却ファンの音で、火力や鍋の材質に応じて運転モード(4段階)が切り換わります。(火力を上げると高速運転するため、音も大きくなります)
	電源スイッチを切っても **ファンの音がする**	●本体内部の温度が高い間は、冷却ファンが作動します。(温度が下がると、自動的に止まります)
	音声ガイドが聞こえない	●音声を消していませんか?(P.33)
	はじめてガイドが 長い、止まらない	●すべてを説明するのに、約8分かかります。 ➡途中で終了したいときは、音声 を押す。(P.10)
電気料金	料金の **表示が高い、安い**	●表示する金額は、電源スイッチを入れてから切るまでの累計です。 ●出荷時は、電気料金単価を22円/kWhに設定しています。 ➡地域に合った電気料金単価に変更する。(P.33)
	電源スイッチを入れて 約30秒たっていないのに **電気料金の表示が消える**	●約30秒の間に、いずれかのボタンを操作しませんでしたか?(使用開始と認識し、前回の料金は消えます) •物や水などが付いて、U 16 が表示された場合も同じです。
風	**扉の左側から風が出る**	●冷却ファンが作動すると、排気パネル以外に、扉の左側からも風が少し出ます。
グリル	**庫内が明るくなったり 暗くなったりする**	●温度調節するために、ヒーターへの通電を調節しています。(故障ではありません)
	庫内上側の左右の **ヒーターがつかない**	●中央のヒーターは、調理中に庫内が見えるように明るくなりますが、左右のヒーターは、明るくならずに加熱します。(故障ではありません)

故障かな?

●お問い合わせや、修理を依頼される前にご確認ください。

	こんなときは	ここを確かめてください
火力	IHヒーターの **火力感がなくなる**	**「温度過昇防止」が働きました** ●予熱時間が長すぎたときなど、鍋底の温度が上がりすぎると、自動的に火力が弱くなります。(火力表示は変わりません) •温度が下がると、元に戻ります。
		●土鍋など、IHヒーターが高温になる鍋を使っていませんか？ ➡市販の土鍋は、CH-IH IH マークや「IH用」の表示があっても使わない。
	複数のヒーターを同時に使うと ●**火力が弱くなる** ●**火力表示が勝手に下がる** ●**火力が上げられない** ●**使えないヒーターやメニューがある**	●総消費電力を超えないように、自動的に火力を制限しています。(P.46) •IHヒーターの火力表示が勝手に下がったり、▶ を押してもピピッと鳴って火力が上がらないことがあります。 •切/スタート や 切/入 を押しても、ピピッと鳴って受け付けないことがあります。
	<T7/T5タイプ> **火力が「9」にならない**	●アルミ・銅鍋を使っていませんか？
	<T7/T5タイプ> アルミ・銅鍋を使うと ●**「7」「8」の火力が弱い** ●**火力が勝手に下がる**	●アルミ・銅鍋は、鉄などの鍋に比べ、「7」「8」の火力感が約10～15%弱くなります。(パナソニック(株)測定方法による) ➡加熱時間を長めにし、様子を見ながら調理する。
		●動きやすい(小さい、軽くて薄い、底が変形している)鍋を使っていませんか？ (動くと、自動的に火力が1～数段階下がることがあります) ➡鍋の大きさや底の形を確認する。(P.13) ➡トッププレート・鍋底がぬれていたら、ふく。
		●ヒーターから鍋をずらしませんでしたか？
揚げ物	●**予熱時間が長い** ●**油温がずれる**	●鍋が光火力センサーからずれていませんか？ ●鍋底・トッププレートが汚れていませんか？ ●800ｇより多い油を入れていませんか？ ●熱い油・茶褐色の油・濁った油を使ったり、揚げカスが残っていませんか？ ●鍋の種類・材質、底の形や大きさによっては、油温がずれたり、予熱時間が長くなるものがあります。(特にアルミ・銅鍋は、予熱に15分程度かかるものがあります) ➡ CH-IH IH マーク付きの鍋をお勧めします。(P.20) ※油温がずれる場合は、◁ ▷ で設定温度を調節する。(P.21) ➡いつも同じ鍋を使う場合は、揚げ物の温度を補正する。(P.35)
焼き物	●**予熱時間が長い** ●**温度がずれる**	●鍋が光火力センサーからずれていませんか？ ●鍋底・トッププレートが汚れていませんか？ ●予熱表示中に、水・油・調理物を入れていませんか？ ●フライパンによっては、鍋底の温度がずれることがあります。 ➡ CH-IH IH マークのフライパンを使う。(P.20) ※温度がずれる場合は、◁ ▷ で設定温度を調節する。(P.21)
自動湯沸かし	沸騰しても **ブザーが鳴らない**	●沸騰が約3分続いてから鳴ることがあります。(P.23)(異常ではありません)
		●鍋底が1mm以上反っていませんか？ ●1L未満の水を入れていませんか？ ●常温の水を使いましたか？ 上記の場合、3分以上沸騰が続いてから鳴ります。 ➡加熱を止めたいときは、切/スタート を押す。

	こんなときは	ここを確かめてください
自動湯沸かし	ブザーが鳴ったのに **沸騰していない**	●2Lより多い水を入れていませんか？ ●鍋底の厚さは、4mm未満ですか？ ●途中で鍋を動かしたり、水をつぎ足したりしませんでしたか？ ●ヒーター中央や、鍋底が汚れていませんか？ ➡沸かし足りないときは、加熱 で沸騰させる。(P.18)
	時間が長くかかる	●他のヒーターを使っていませんか？ (同時使用すると、時間が長くなる場合があります)
ふきこぼれお知らせ	●吹きこぼれても **すぐに加熱が止まらない** ●加熱が止まったときの **吹きこぼれ量が多い(少ない)**	●鍋の種類・材質・底の形や大きさ・火力・調理メニューなどによって、加熱が止まるまでの時間や吹きこぼれ量は変わります。 ●加熱すると多くの泡が急に発生するものは、大量に吹きこぼれることがあります。(牛乳・豆乳・スープ・お粥・寒天など) ●少しずつ吹きこぼれていませんか？ ●やかんの注ぎ口からの飛び散りでは、すぐに加熱が止まりません。
	●吹きこぼれても **加熱が止まらない** ●吹きこぼれていないのに **加熱が止まる**	●鍋がずれていたり、途中でずらしていませんか？ ●鍋底・トッププレートがぬれていませんか？ ●「センサー(P.18)」の上に吹きこぼれていないと、検知できません。 ●蒸留水など極端に純度が高い水を使っていませんか？ ●鍋の周辺をぬれぶきんでふいたり、金属製のおたま・鍋などや、調味料・液体が入った容器・ビンなどを置いていませんか？ ●飛まつ程度でも、吹きこぼれを検知して加熱が止まることがあります。
		●左右IHとも「ふきこぼれお知らせ」が設定されているメニューで調理している場合(加熱 と 加熱 、または 加熱 と)、片方で吹きこぼれを検知すると、両方の加熱が止まります。
こげつきお知らせ	加熱が止まったときの **焦げ付きが多い(少ない)**	●鍋の種類・材質・底の形や大きさ・火力・調理メニューなどによって、加熱が止まるときの焦げ付き方は変わります。
	●焦げ付いているのに **加熱が止まらない** ●焦げ付いていないのに **加熱が止まる**	●「こげつきお知らせ」を解除していませんか？ ●「6」以上の火力では、働きません。 ●煮物・煮込み以外の調理や、ジャム作りなど弱い火力で水分を飛ばすもの、パエリアなど少し焦げ付かせるものは、誤検知して加熱が止まることがあります。 ➡お知らせ表示を消し、再加熱する。(P.15) ➡「こげつきお知らせ」を働かせたくないときは、解除する。(P.35)
レンジフード	<換気連動システム対応のレンジフード> IHクッキングヒーターを使っても **レンジフードが連動しない**	●手や頭で信号をさえぎっていませんか？ ●送信部に鍋などを置いたり、フライパンの取っ手を向けていませんか？ ●送信部が油で汚れていませんか？ ●本体操作部に が表示されていませんか？(P.32)
		●換気連動システム対応のレンジフード以外は、運動しません。 ●換気連動システム対応のレンジフードであっても、信号の種類が異なる場合は連動しません。
	<換気連動システム対応・エコナビ搭載のレンジフード> ●煙が出たり焦げ臭いのに **風量が強くならない** ●火力を変更しても **風量が変わらない**	●風量は、調理状態(メニュー・火力・温度など)に応じて変わります。 (煙の量・においの強さには連動しません) ●風量は、火力を変えてもすぐに変わりません。 ➡強制的に風量を変えたいときは、運転入/風量 で風量を変える。
		●レンジフードの「おまかせ自動運転」を解除していませんか？ ➡レンジフードの「エコナビ」ボタンで、「おまかせ自動運転」を再設定する。

故障かな?

●お問い合わせや、修理を依頼される前にご確認ください。

	こんなときは	ここを確かめてください
レンジフード	<換気連動システム対応・エコナビ搭載のレンジフード> 調理途中で **風量が変わらなくなった**	●レンジフードやIHクッキングヒーターの 運転入/風量 で強制的に風量を変えると、風量は連動しなくなります。 ➡レンジフードの「エコナビ」ボタンで、「おまかせ自動運転」を再設定する。
レンジフード	<換気連動システム対応・エコナビ搭載のレンジフード> **その他の理由で うまく連動しないときは**	●レンジフードの操作部を使ってください。 (レンジフードの取扱説明書へ)

	こんなときは	ここを確かめてください
タッチアクセス機能	スマートフォンをかざしても **反応しない**	●スマートフォンの画面に が表示されていますか? ●かざす位置がずれたり、離れたりしていませんか? ➡本体操作部の から1cm以内に近づける。 ●スマートフォンを早く動かしたり、早く離すと反応しないことがあります。 ●スマートフォンの種類によって、感度や通信時間が異なります。
タッチアクセス機能	**その他、表示・操作の内容がわからないときは**	●アプリ内のヘルプ機能やパナソニックのWebサイトをご覧ください。 ➡http://panasonic.jp/pss/ap/

こんな表示が出たら…

●次の表示のときは、原因を取り除くと自動的に再加熱します。

表示		ここを確かめてください
U04	フィルター目詰まり検知	●吸気口カバー・排気パネルをふさいだり、ほこりがたまっていませんか? ➡お手入れする。(P.37)
U16 (点灯または点滅)	天面操作部異常検知	●天面操作部に水や物が付いていたり、吹きこぼれていませんか? ➡取り除く。(ヒーターが切れているときは、再度ボタン操作する) ●天面操作ボタンに約3秒以上触れませんでしたか? (タイマーの早送り・3秒以上の長押しが必要な操作を除きます)
<T7/T5タイプ> U31	アルミ加熱高温検知	アルミ・銅鍋のとき ●底の直径は15cm以上ですか? ●底に反りや変形がありませんか? ●底に異物や汚れがこびりついていませんか? ●鍋がヒーターの中央からずれていませんか?(そのまま放置すると、表示が消えて加熱が始まりますが、温度が上がると再び表示されることがあります)
火力表示が点滅 保温 1 2 3 4 5 弱 中 (表示例:左右IH)	鍋なし 自動OFF 小物 自動OFF	●鍋はヒーターの中央に置いていますか? ●使用中に、鍋を外しませんでしたか? ●使えない鍋を使っていませんか?(P.12) ●オールメタルIH以外で、自動メニュー(湯沸かし・炊飯)に使えない鍋を使っていませんか? (P.22) ●ナイフ・スプーンなど、金属製の小物を置いていませんか? (そのまま放置すると、1分後に表示が消えて通電を停止します)

●次の表示のときは、原因を確認し、対処してください。その後、左右IHのときは 切/スタート を、後ろIHヒーター/グリルのときは 切/入 を押して、表示を消してください。

表示		ここを確かめてください
U13 U14 U71	空焼き 自動OFF	●約15分間空焼きしませんでしたか?➡鍋に調理物を入れ、再度ボタン操作する。 •鍋の種類により、停止までの時間は異なります。 •火力が弱い場合や鍋の種類によっては、この機能が働かないことがあります。 ●誤って、「加熱」メニューのときに油を予熱しませんでしたか?
U19	トッププレート高温自動OFF	●トッププレートが熱いときに、自動湯沸かしをしませんでしたか?
<T7/T5タイプ> U32	不適鍋 自動OFF	●オールメタルIHで、アルミ・銅鍋など、自動湯沸かしに使えない鍋を使っていませんか?(P.22)
U33	揚げ物不適鍋 自動OFF	●鍋の種類・材質・底の形や大きさなどによっては、加熱できないものがあります。 (CH-IH IH マーク付きの鍋をお勧めします)(P.20) ●800 gを超える量の油を入れていませんか?
U34	揚げ物鍋ずれ 自動OFF	●鍋がずれていませんか? ●800 gを超える量の油を入れていませんか? ●「予熱」表示中に、食材や菜ばしを入れませんでしたか? ※対処したあと、再度ボタン操作して予熱しなおせます。
U12	グリル高温 自動OFF	●調理物の発火などで、グリル庫内の温度が異常に上がっていませんか? ➡❶すぐに電源スイッチを切る。 ❷排気パネルをぬれたタオルでふさぐ。 ❸ブレーカーを切る。 •炎が消えるまで扉を開けないでください。
U25	お手入れ異常 自動OFF	●グリル皿を入れたままで「お手入れ」機能を使いませんでしたか? ●グリルの庫内に水がこぼれていませんか?➡庫内が冷めてからふき取る。

■以上の内容を確かめても直らないときや、「H□□」表示が出たときは・・・

表示	
H□□	故障です。修理をご依頼ください。 ➡電源スイッチとブレーカーを切り、表示内容(「H」のあとの2桁の数字)をお買い上げの販売店または修理ご相談窓口にご連絡ください。

仕様

★フラットプレートタイプ

タイプ		T7タイプ		T5タイプ		T3タイプ		T1タイプ	
品番		ST773SK ★ST773SKF	ST763SK	ST573SK	ST563SK	ST373SK ★ST373SKF	ST363SK	ST173SK	ST163SK
電源		単相200 V（50-60 Hz 共用）							
総消費電力		5,800 W／4,800 W（切換式）※待機電力：ゼロ（電源スイッチ「切」の状態）							
大きさ（約）	幅	752 mm ★749 mm	602 mm	752 mm	602 mm	752 mm ★749 mm	602 mm	752 mm	602 mm
	奥行	567 mm ★582 mm							
	高さ	231 mm ★229 mm							
グリル皿	大きさ（約）	幅254 mm×奥行372 mm							
	天井までの高さ（約）	74 mm							
質量（約）		28.4 kg ★29.0 kg	27.3 kg	27.1 kg	26.0 kg	25.8 kg ★26.0 kg	24.7 kg	25.3 kg	24.2 kg
左IHヒーター	最大火力	3,000 W*（アルミ・銅：2,500 W）		3,000 W					
	火力調節（約）	10段階 120 W相当～3,000 W （アルミ・銅：9段階 150 W相当～2,500 W）		10段階 120 W相当～3,000 W					
	焼き物温度調節（約）	5段階　140～230 ℃							
	揚げ物温度調節（約）	7段階　140～200 ℃							
	自動調理	湯沸かし							
	調理タイマー	1分～9時間30分							
右IHヒーター	最大火力	3,000 W*（アルミ・銅：2,500 W）				3,000 W			
	火力調節（約）	10段階 120 W相当～3,000 W （アルミ・銅：9段階150 W相当～2,500 W）				10段階　120 W相当～3,000 W			
	焼き物温度調節（約）	5段階　140～230 ℃							
	揚げ物温度調節（約）	7段階　140～200 ℃							
	調理タイマー	1分～9時間30分							
後ろIHヒーター	最大火力	1,500 W							
	火力調節（約）	7段階　90 W相当～1,500 W							
	自動調理	炊飯（1～2カップ）							
	調理タイマー	1分～9時間30分							
ラジエントヒーター	最大火力							1,250 W	
	火力調節（約）							3段階　340 W相当～1,250 W	
	調理タイマー							1分～30分	
グリル	最大火力	1,950 W							
	自動調理	魚（生・姿焼き　切身／干物　つけ焼き）・惣菜（とり肉　グラタン　焼きなす）							
	温度調節（約）	8段階　140～280 ℃							
	手動火力調節（約）	3段階　1,100 W相当～1,600 W相当							
	調理タイマー	手動：1分～30分　温度設定：1分～60分							

＊鉄・ホーロー鍋を使った場合

■複数のIHやグリルを同時に使うとき、総消費電力を超えないよう、次のようにIHヒーターの火力を制限します。

＜T7/T5/T3タイプ＞

●火力表示はそのままで、火力が弱くなる。　●火力が１～数段階下がる。　●火力を上げたりスタートできない。

総消費電力を4800Wに設定しているときは…

●揚げ物・焼き物・自動湯沸かし・自動炊飯メニューは、すべてのIHとグリルを同時に使えない。

＜T1タイプ＞

● 火力表示はそのままで、火力が弱くなる。　●火力が１～数段階下がる。

●火力を上げたりスタートできない。

●揚げ物・焼き物・自動湯沸かしメニューは、4つのヒーター（左右IH・グリル・ラジエント）を同時に使えない場合がある。

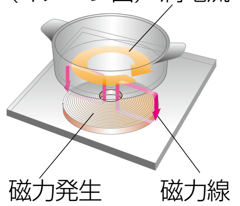
総消費電力を4800Wに設定しているときは…

● 4つのヒーター（左右IH・グリル・ラジエント）を同時に使えない。

➡高火力が必要なときは、できるだけ同時使用を避けるか、他のヒーターの火力を弱めてください。

IH加熱（電磁誘導加熱）は、鍋自体を発熱させて加熱します。

（イメージ図）



磁力発生コイルに電気が流れ、磁力線が発生

▼

鍋を通るときに渦電流が発生

▼

電流が鍋の電気抵抗で熱に変わり、鍋が発熱

■**本機はご使用環境などに合わせて総消費電力を切り換えられます。**（出荷時：5,800W）

必ず契約容量ブレーカー（契約容量ブレーカーがない場合は、主幹ブレーカー）をご確認いただき、総電気容量が60A未満の場合は総消費電力を4,800Wに切り換えることをお勧めします。

※詳細は、お買い上げの販売店にお問い合わせください。

保証とアフターサービス　よくお読みください

■使い方・お手入れ・修理などは、まず、お買い上げの販売店へご相談ください

▼お買い上げの際に記入されると便利です

販売店名

電話　（　　）　－

お買い上げ日　　年　月　日

●保証期間中は、保証書の規定に従って出張修理いたします。

保証期間：お買い上げ日から本体１年間

※本製品は業務用にはお使いいただけません。業務用的に使用された場合は、保証期間内でも原則として有料修理となります。

●保証期間終了後は、診断をして修理できる場合はご要望により修理させていただきます。

（出張診断のみでも料金がかかることがあります）

● 修理料金は、次の内容で構成されています。

技術料　診断・修理・調整・点検などの費用

部品代　部品および補助材料代

出張料　技術者を派遣する費用

● 補修用性能部品の保有期間 8年

当社は、本製品の補修用性能部品（製品の機能を維持するための部品）を、製造打ち切り後８年間保有しています。

修理を依頼されるときは

「故障かな?」「次の表示が出たら…」（P.40～45）でご確認のあと、直らないときは、電源スイッチとブレーカーを切り、**お買い上げ日と下の内容**をご連絡ください。

製品名　ＩＨクッキングヒーター（あいえいち）

品番

故障の状況　できるだけ具体的に

H□□表示が出たときは、その表示内容

■転居や贈答品などでお困りの場合は、次の窓口にご相談ください

※ご使用の回線（IP電話やひかり電話など）によっては、回線の混雑時に数分で切れる場合があります。

●使い方・お手入れなどのご相談は

パナソニック お客様ご相談センター　365日 受付9時～20時

電話 フリーダイヤル 携帯・PHS OK **0120-878-365**（パナは 365日）

※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

●修理に関するご相談は

パナソニック 修理ご相談窓口

電話 フリーダイヤル 携帯・PHS OK **0120-878-554**（パナは イイヨ）

※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

• 上記電話番号がご利用いただけない場合は、各地域の「修理ご相談窓口」におかけください。

ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて

パナソニック株式会社およびグループ関係会社は、お客様の個人情報をご相談対応や修理対応などに利用させていただき、ご相談内容を録音させていただきます。また、折り返し電話をさせていただくときのために発信番号を通知いただいております。なお、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に開示・提供いたしません。個人情報に関するお問い合わせは、ご相談いただきました窓口にご連絡ください。

■各地域の修理ご相談窓口　※電話番号をよくお確かめの上、おかけください。

• 地区・時間帯によって、集中修理ご相談窓口に転送させていただく場合がございます。

地区	地域	電話	所在地
北海道地区	札幌	☎(011)894-1255	札幌市厚別区厚別南2丁目17-7
	旭川	☎(0166)22-3015	旭川市2条通16丁目1166
	帯広	☎(0155)33-8478	帯広市西20条北2丁目23-3
	函館	☎(0138)48-6630	函館市西桔梗町589-241
東北地区	青森	☎(0172)62-0880	青森市浪岡大字浪岡字稲村262-1
	秋田	☎(018)868-7008	秋田市外旭川字小谷地3-1
	岩手	☎(019)645-6130	盛岡市厨川5丁目1-43
	宮城	☎(022)387-1117	仙台市宮城野区扇町7-4-18
	山形	☎(023)641-8100	山形市平清水1丁目1-75
	福島	☎(024)991-9308	郡山市備前舘2丁目5
首都圏地区	栃木	☎(028)689-2555	宇都宮市上戸祭3丁目3-19
	群馬	☎(027)254-2075	前橋市箱田町325-1
	茨城	☎(029)864-8756	つくば市筑穂3丁目15-3
	埼玉	☎(048)728-8960	桶川市赤堀2丁目4-2
	千葉	☎(043)208-6034	千葉市中央区末広5丁目9-5
	東京	☎(03)5477-9700	東京都世田谷区宮坂2丁目26-17
	山梨	☎(055)222-5822	中央市山之神流通団地1-5-1
	神奈川	☎(045)847-9720	横浜市港南区日野5丁目3-16
	新潟	☎(025)286-0180	新潟市東区東明1丁目8-14
中部地区	石川	☎(076)280-6608	金沢市玉鉾2丁目266番地
	富山	☎(076)424-2549	富山市根塚町1丁目1-4
	福井	☎(0776)21-0622	福井市問屋町2丁目14
	長野	☎(0263)86-9209	松本市寿北7丁目3-11
	静岡	☎(054)287-9000	静岡市駿河区高松2丁目24-24
	愛知	☎(052)819-0225	名古屋市瑞穂区塩入町8-10
	岐阜	☎(058)278-6720	岐阜市中鶉4丁目42
	三重	☎(059)254-5520	津市久居野村町字山神421
近畿地区	滋賀	☎(077)582-5021	栗東市小柿9丁目4-10
	京都	☎(075)646-2123	京都市南区上鳥羽中河原3番地
	大阪	☎(06)7730-8888	門真市松生町1-15
	奈良	☎(0743)59-2770	大和郡山市筒井町800番地
	和歌山	☎(073)475-2984	和歌山市中島499-1
	兵庫	☎(078)796-3140	神戸市須磨区弥栄台3丁目13-4
中国地区	鳥取	☎(0857)26-9695	鳥取市安長295-1
	米子	☎(0859)34-2129	米子市米原4丁目2-33
	松江	☎(0852)23-1128	松江市平成町182番地14
	出雲	☎(0853)21-3133	出雲市渡橋町416
	浜田	☎(0855)22-6629	浜田市下府町327-93
	岡山	☎(086)242-6236	岡山市北区野田3丁目20-14
	広島	☎(082)295-5011	広島市西区南観音1丁目13-5
	山口	☎(083)973-2720	山口市小郡下郷220-1
四国地区	香川	☎(087)874-3110	高松市国分寺町国分359番地3
	徳島	☎(088)624-0253	徳島市沖浜2丁目36
	高知	☎(088)834-3142	高知市仲田町2-16
	愛媛	☎(089)905-7544	愛媛県伊予郡砥部町八倉75-1
九州地区	福岡	☎(092)593-8002	春日市春日公園3丁目48
	佐賀	☎(0952)26-9151	佐賀市鍋島町大字八戸字上深町3044
	長崎	☎(095)830-1658	長崎市東町1919-1
	大分	☎(097)556-3815	大分市萩原4丁目8-35
	宮崎	☎(0985)63-1213	宮崎市本郷北方字草葉2099-2
	熊本	☎(096)367-6067	熊本市東区健軍本町12-3
	鹿児島	☎(099)246-7050	鹿児島市上谷口町3128-3
沖縄地区	沖縄	ナビダイヤル　0570-081-365	

所在地、電話番号は変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。

1112